ஓ

சிவமயம்.

ஸ்ரீகோகழிநாதர்சிடராகிய

ஸ்ரீ சுவாத்மாராமயோகீந்திரர்

அருளிச்செய்த

லகுயோகப்பிரதீபிகை

சம்ஸ்கிருதமூலம்.

இது

தஞ்சைமாநகரம்

வெ. குப்புஸ்வாமிராஜு அவர்களால்

தமிழிற்செய்யப்பட்ட

சத்துவப்பிரகாசிகையென்னும்

விருத்தியுரையுடன்

சேலம் டிஸ்டிரிக்ட்கோர்ட் பிளீடர்

மகா-ஸ-ஸ-ஸ்ரீ ஸ்ரீ நிவாஸப்பிள்ளையவர்கள்

சகாயத்தால்

திருவையாறு

"கீர்வாண வாணீ விலாஸ அச்சுக்கூடத்தில்"

பதிப்பிக்கப்பட்டது.

தர்மஸ்வ காப்புரிமை ஸ்

All rights reserved.

அறிக்கை.

அடியிற்கண்டபுத்தகங்கள் வேண்டியவர்கள் தஞ்சை. ஈப் பர்முத்திரைசெய்யும் வி. கோவிந்தன் அண்டு பிரதர்ஸ் என்பவர்களிடத்திலும், சென்னை மதராஸ் ரிப்பன் அச்சுயந் திரசாலை சை. இரத்தினசெட்டியார் அவர்களிடத்தும் பெற் றுக்கொள்ளலாம்.

ஹடயோகப்பிரதீபிகை விலை	... ...	ரூ 1—8—0
சூதசங்கிதை	... ...	1—8—0
விசாரசந்திரோதயம்	... ...	1—0—0
பிரமகீதை	... ...	2—8—0
சிவகீதை	... ...	2—8—0
சாந்தோக்கியவுபநிடதத்திற் கூறி யதத்துவமஸி மகாவாக்கியத்தின் ஒன்பதுமுறையுபதேசம்	... ...	0—3—0

முகவுரை.

பரம புருஷார்த்தமாகிய மோக்ஷத்தை யடைதற்குச் சாதனமாகச் சாங்கியம் யோகமென இரண்டு மார்க்கங்கள் சுருதி ஸ்மிருதி இதிகாச புராணாதிகளிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் சாங்கியம் ஒருவற்கும் யோகம் ஒருவற்கும் எளிதாயிருக்கும். ஆயினும் சாங்கியம் பூர்வாப்பியாசமுடைய உத்தமோத்தம அதிகாரிகளுக்கே எளிதாம். ஆகலால் இங்கே (இந்நூலில்) மற்றைய அதிகாரிகளை யுத்தேசித்து யோகம் விரிக்கப்படுகின்றது. யோகமென்பது பிராணம், விபரியயம், விகற்பம், நித்திரை, ஸ்மிருதியென்னும் * ஐந்து விருத்திகளையும் நிரோதித்தலால் சித்தம் நிர்விஷய சைதன்னியமாத்திரமாக நிலைத்தலாம். அந்த யோகத்திற்கு உத்தம மத்திம மந்தாதிகாரிகளை முன்னிட்டுக் கிரமமாக அப்பியாச வைராக்கியமும், தவம் சுவாத்தியாயம் ஈசுரப்பிரணிதானமென்னும் கிரியாயோகமும், இயமாதி அஷ்டாங்கங்களும் சாதனமாகப் பாதஞ்சலசூத்திரத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அந்தச் சாதனயோகமும் வியவகாரத்திலுல் மந்திரயோகம் லயயோகம் ஹடயோகம் இராஜயோகமென நான்கு வகையாம். அவற்றுள் விதிபூர்வகமாக மந்திரத்தைப் பன்னிரண்டு வருஷம் வரையிற் பிரயோகித்தல் மந்திரயோகமாம். இப்படியப்பியசிக்கின் கிரமமாக அணிமாதிசித்திகளை யடைவன். அற்பபுத்தியுடைய அதமசாதகன் இந்த மந்திரயோகத்தை யநுஷ்டிப்பன். மற்ற ஹடலய ராஜயோகங்கள் இந்நூலிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த யோகம் சர்வோத்தமர்களாகிய பிரமா விஷ்ணு ருத்திரர்களாலும், நா

---

* இவற்றைப் பாதஞ்சலசூத்திரத்தில் விதிவாய்க் காணலாம்.

ரதர் சுகர் யாஞ்ஞவல்கியர் வசிஷ்டர்முதலிய ஞானசிரேஷ்டர்களாலும், மச்சேந்திரர்முதலிய சித்தர்களாலும் அப்பியசிக்கப்பட்டதாம். இதை ஸ்ரீ ஆதிநாதராகிய பரமேசுவரன் மச்சேந்திரநாதருக்குபதேசித்தார். அவர் கோரக்ஷநாதருக்குபதேசித்தார். அந்தக் கோரக்ஷநாதரது கிருபையால் ஹடவித்தையைப் பெற்ற சுவாத்துமாராம யோகிந்திர் இக்காலத்து முமுக்ஷுக்கள் எளிதாய் உணரும்பொருட்டு யோகவிஷயத்தில் மிகச் சிறந்து விளங்காநின்ற ஹடயோகப் பிரதீபிகை யென்னும் இந்நூலை வடமொழியிற் செய்தருளினர். இதில் நான்குபதேசங்களிருக்கின்றன. அவற்றுள் முதலுபதேசத்தில் யோகத்திற்கு முதலங்கமாயும், தேக மனதுகளின் இழிந்ததர்மமாகிய சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுத்து ஸ்திரத்தன்மையைச் செய்வதாயுமிருக்கும் ஆசனஞ் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. இரண்டாவ துபதேசத்தில் மலசுத்தியையும், மலசுத்தியால் ஹடசித்தியையும் வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையையும், வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையால் சித்தத்தின் ஸ்திரத்தன்மையையும், வாயு மனதுகளின் ஸ்திரத்தன்மையால் தீர்க்காயுசு அணிமாதி ஐசுவரியமுடைமைமுதலிய சித்திகளையும் தருதற் கேதுவாயுள்ள பிராணயாமம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. மூன்றாவ துபதேசத்தில் குருவாக்கியதற்பரனும், ஆசனகும்பகாதிகளைச்செய்பவனும், ஆகார விகாரமுதலிய செய்கைகளில் ஒழுங்குடையவனையிருந்து, இடைவிடாத அடிக்கடி பழகுவோனுக்கு அணிமாதி சித்திகளையும் மிருத்தியுஜயத்தையுந் தாத்தக்க மகாமுத்திரைமுதலிய பத்து முத்திரைகள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. நான்காவ துபதேசத்தில் மிக வுத்தமமானதும் ஆதிநாதரால் சம்பாதிக்கப்பட்ட கோடிசமாதிக்கிரமங்களுள் சிலாக்கியமானதும், மிருத்தியுவைக் கெடுப்பதும், யோகி தன்தேகத்தைச் சுவேச்சையாக விடுதற்கேதுவாயுள்ளதும், நித்தவஸ்தானதை யுதிப்பித்து வாசஞ்செய்ய பூர்வகமாக ஜீவன்முக்திசுகத்திற்கு பாயமாயுள்ளதும், பிராரப்தத்தைக்குறைத்து ஜீவப்பிரமஐக்ய

தம் செய்வித்து அத்தியந்தபிரமாகத்தப் பிரசித்தியாகிய மோகூ
த்தைத் தருவதுமான பிரத்தியாகாரதி வடிவமாகிய சமாதிக்கிர
மம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதுவே யோகமார்க்கத்தை
யறிய விரும்புவோர்களுக்குத் தக்க நூலாம். இது வடநாட்டிற்
பிரபலமாய் வழங்கிவரினும் தென்னாட்டில் இத்தகைய நூல் இ
தவரையிலும் வராமையால், நமதுநாட்டிலுள்ளவர்கள் யாவரு
ம் யோக மிவ்வியல்பினதென் றுணரும்பொருட்டு, இந்நூலிற்கு
ஸ்ரீபிரமாநந்தாற் செய்யப்பட்ட சம்ஸ்கிருத வியாக்கியானத்தி
ற்கிணங்கத் தமிழில் நந்துவப்பிரகாசிகையென்னும் விருத்தியுரை
யும் அதற்காங்காங்கு விளக்கவுரையும்செய்து சம்ஸ்கிருத மூல
த்துடன் பிரசுரிக்கப்பட்டது. இதில் வேண்ய யோகசாஸ்திரக்க
ளிலுள்ள எல்லாவிஷயங்களுந மடங்கியிருக்கின்றன. இது அதி
காரிகளாவார் யாவர்க்கும் இன்றியமையாததென்பது இந்நூலி
ன்கண்ணேயே இனிது விளங்கும். சம்ஸ்கிருதமும் தமிழு முணர்
ந்தவர்களும், தமிழ்மாத்திர முணர்ந்தவர்களுமாகிய இருதிறத்
தாருக்கு முதவும்வண்ணம் சாதாரணமான தமிழ்நடையில் எழு
தப்பட்டிருக்கின்றது. இது வடமொழிக்கு நேராகவே
யிருக்கவேண்டு மென்னும் கருத்தால் பெரும்பாலும் தமிழ்நட
ை வடமொழிச் சார்பாகவே யிருக்கும். அப்பியாசக்கிர
மங்களெல்லாம் இந்நூலில் மிக வெளிப்படையாகக் காட்டப்
பட்டிருக்கினும்; அவற்றைக் குருவின்றிச் சுதந்திரமாகச் செய்
யலாகாது. அப்படிச் செய்யுமிடத்து நோய்முதலியவற்றால்
வருந்தநேரும் மரணமு முண்டாம். இக்காலத்தில் அதிகாரி
களி னெருமைப்பாட்டாலும், சம்பிரதாய குழுவுதலாலும் இந்
த நடையோகம் சாங்கோபாங்கமாகத் தர்லபமாயினும், சிலவி
ரக்தர்களுக்கு ஒவ்வோர் அங்கம் சித்திக்கும் அநாயத கூட்கினி
யை, அதேக ஜனங்கள், மூத்திரமுதலிய அங்கங்களில் ஒவ்
வோர் அங்கம் சித்திக்கும். அதனையே பூரணமாக அப்பியசி
ன், அதுவே குருவாயிருந் தணர்த்துதலால் மற்ற அங்கங்க
ளோடு யோகமுழுவதும் சித்திக்கும். அது பாதஞ்சலருக்கி

பாஷியத்தில், "யொமநயொமா ஜூாகவவூா யொமா பொமாசூவயடுதெ। யோகத்தினால் யோகம் அறியத்தக்கது. யோகத்தால் யோகம் விருத்தியாகும் என்னும் சௌபாக்கியலக்ஷ்மியுபநிஷத்தின் வாக்கியத்தால் யோகத்திற்கு யோகமே குருவாம்" என்று வியாசபகவானும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஹடயோகத்தைத் தீபம்போற் பிரகாசிப்பிப்பதாயிருந்தலால், இந்நூலிற்கு * ஹடயோகப்பிரதீபிகை யென்றும்; தீபத்தின் பிரகாசம்போற் சம்சயாதிபங்களகாரத்தை யொழித்து தத்துவத்தை (உண்மைப்பொருளை) யுணர்த்துவதாயிருத்தலால், இதனுக்குத் தத்துவப்பிரகாசிகை யென்றும் பெயரிடப்பட்டது.

"யொதீஷ்வரஸ்யொமஸ்ய யொமமஸாஸ்ஸ்ய வாலபு தெ। நிஜாஸ்யபெஜ்கவபுஷி ராகஷஸா தெநராகரிஷ்யதி"

வ! பார்வதி! யோகீஸ்வராக்களையும் யோகத்தையும் யோகசாஸ்திரத்தையும் எந்த நாட்கள் நிந்திக்கின்றார்களோ, அவர்கள் பூமியில் இராக்கதர்களாவர்" என்பது சிவவாக்கியம்.

யதிக்ஷ்ரவதிஹ்ருஷ்டம் சாத்ராஹீநம்வ யத்பவேத்। தத்ஸர்வம்க்ஷமிதாதேவ தடராஜஜகதீச்வர॥ தே! தடராஜப் பெருமானே! உமக்கு நமஸ்காரம். இதிலுண்டாகும் எழுத்துக்குற்றம் சொற்குற்றமுதலிய யாவையும் க்ஷமிக்கக்கடவீராக.

---

* இந்நூலில் ஹட லய ராஜயோகங்கள் மூன்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கினும், அவற்றுள் ஹடயோகத்தைப் பிரதானமாகவும், மற்றிரண்டையும் ஹடயோகவாயிலாகவும் பிரதிபாதித்தலால், இந்நூலிற்கு ஹடயோகப்பிரதீபிகையெனப் பெயரிடப்பட்டது.

வெ. சுப்புஸ்வாமிராஜு.

சிவமயம்.

விஷய அட்டவணை.

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
	முதலுபதேசம்.	
1	தூண்மங்கலம்	க
2	ஹடயோகசப்தார்த்தம்.	உ
3	ஞானசப்தபூமி	ங
4	சித்தர்களின்பெயர்	க
5	ஹடாப்பியாசத்திற்குரியஇடம்	கூ
6	மடத்தினிலக்கணம்	கஙி
7	யோகாப்பியாசப்பிரதிபந்தம்	ககூ
8	இயமம்பத்தினிலக்கணம்	உக
9	நியமம்பத்தினிலக்கணம்	உஉ
10	சுவஸ்திகாசனம்	உங
11	கோமுகாசனம்	உசு
12	வீராசனம்	,,
13	கூர்மாசனம்	உஎ
14	குக்குடாசனம்	,,
15	உத்தானகூர்மாசனம்	உஅ
16	தனுராசனம்	,,
17	மச்சேந்திராசனம்	உக
18	பச்சிமதானாசனம்	கூ0
19	மயூராசனம்	கூக
20	சவாசனம்	,,
21	மச்சேந்திரசித்தாசனம்	கூகூ
22	மதாந்திரசித்தாசனம்	கூசு
23	பதுமாசனம்	கூஎ
24	மச்சேந்திரபதுமாசனம்	கூஅ
25	சிம்மாசனம்	சக
26	பத்திராசனம் (கோரக்காசனம்)	சஉ
27	*வல்லரியாதிமுப்பத்திரண்டாசனங்கள்	சகூ
28	அபத்தியம்	சஅ
29	பத்தியம்	ஙக
30	போசனநியமம்	ஙகூ
	இரண்டாமுபதேசம்	
31	நாடிசோதனை	கூ0
32	* அதிவியாப்தியாதிதோஷம்	,,
33	* அவாந்திரப்பிரயோஜனம்	கூஉ
34	பிராணையாமாப்பியாசகாலம்	கூங
35	கனிஷ்டாதிப் பிராணையாமலக்ஷணம்	கூசு
36	யுக்தாயுக்தப்பிராணையாமபலம்	எக
37	ஷட்கர்மம்	எசு
38	தௌதிகர்மம்	எஙி
39	* நால்வகைத்தௌதி	,,
40	பஸ்திகர்மம்	எகூ
41	* இருவகைப்பஸ்தி	,,
42	நேதிகர்மம்	எகூ
43	திராடகம்	அ0
44	நௌலிகர்மம்	அக
45	* இருவகைநௌலி	அஉ
46	கபாலபாதி	,,
47	* தக்கினிகர்மம்	அங
48	* பிலிகர்மம்	,,
49	* வஜ்ரோலி	அசு
50	* சங்கப்பிரக்ஷாளனம்	,,
51	கஜகரணி	அஙி

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
52	அஷ்டகும்பகம்	அஅ
53	யோகாப்பியாசக்கிரமம்	கஉ
54	சூரியபேதனம்	கசு
55	உஜ்ஜாயினி	கஙு
56	சீத்காரி	க00
57	சீதலி	க0க
58	பஸ்திரிகை	க0உ
59	பிராமரி	க0சு
60	மூர்ச்சை	க0எ
61	பிலாவினி	,,
62	பிராணயாமபேதம்	க0அ
63	*எண்வகைப்பிராணயாமம்	,,
64	*அஜபை	க0ங
65	கேவலகும்பகம்	ககஉ
	மூன்றாமுபதேசம்	
66	*ஆறுதாரம்	ககள
67	முத்திரை	கஉக
68	அஷ்டஐசுவரியங்கள்	கஉஉ
69	மகாமுத்திரை	கஉங
70	மகாபந்தம்	கஉசு
71	மகாவேதம்	கஉஙு
72	கேசரி	கஙக
73	உட்டியானபந்தம்	கசஉ
74	மூலபந்தம்	கசங
75	ஜாலந்தரபந்தம்	கசஅ
76	விபரீதகரணி	கஙங
77	வஜ்ரோலி	கஙங
78	சகஜோலி	கஙசு
79	அமரோலி	கஙஙு
80	* தேஹலீதீபனியாயம்	

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
81	சக்திசாலனம்	கசுஅ
82	சந்தலக்ஷணம்	கசுக
	நான்காமுபதேசம்	
83	சமாதிக்கிரமம்	கள0க
84	சமாதிபரியாயம்	கஅக
85	சமாதிலக்ஷணம்	,,
86	* காகாக்ஷிகோளகந்தியாயம்	கஅங
87	* அப்பிரயோஜகத்வம்	ககஉ
88	* சற்பிராதிபக்கம்	ககஙு
89	* நாடிகளினிலக்கணம்	உ0எ
90	சாம்பவிமுத்திரை	உசஎ
91	உன்மனிமுத்திரை	உகக
92	கேசரிமுத்திரை	உஉசு
93	சமாதியுபாயம்	ஙஙஉ
94	சாம்பவிமுத்திரையிலே தானுசந்தானம்	உஙக
95	பராங்முகிமுத்திரை	உஙஙு
96	நாதாவஸ்தாபேதம்	உஙஙு
97	ஆரம்பாவஸ்தை	,,
98	கடாவஸ்தை	உஙசு
99	பரிசயாவஸ்தை	உஙள
100	நிஷ்பத்தியவஸ்தை	உஙஅ
101	நாதபேதம்	உசஉ
102	* கூர்ப்பதமுதலிய ஐந்து யோக பூமிகை	உசங
103	* பிரத்தியாகாரம்	உசஙு
104	* தாரணையிலக்கணம்	உசஅ
105	* தியானவிலக்கணம்	உஙo
106	* சமாதியிலக்கணம்	உஙக
107	* சமாதிபேதம்	உஙஙு
108	யோகவிக்கினங்கள்	உஙங

* இவ்வடையாளமிட்டுள்ளன விளக்கவுரையிலுள்ள விஷயங்களாம்.

இந்நூலில் மேற்கோளாகக் காட்டப்பட்ட சாஸ்திரங்களின் பெயர்கள்.

1	இருக்குவேதம்	33	பிரமமீமாம்சை
2	கடவல்லியுபநிஷத்து	34	திரிபுராசாரசமுச்சயம்
3	மாண்டுக்கியவுபநிஷத்து	35	ஸ்கந்தபுராணம்
4	மூண்டகோபநிஷத்து	36	வாயுசங்கிதை
5	ணைகத்திரீயவுபநிஷத்து	37	சூதசங்கிதை
6	சாந்தோக்கியவுபநிஷத்து	38	பத்மபுராணம்
7	பிரகதாரண்யவுபநிஷத்து	39	கூர்மபுராணம்
8	சுவேதாசுவதாவுபநிஷத்	40	உருத்திரசிகை
9	யோகசிகோபநிஷத்து	41	இலிங்கபுராணம்
10	வராகோபநிஷத்து	42	பிரமாண்டபுராணம்
11	மைத்திராயண்யவுபநிஷத்	43	பிரமவைவர்த்தம்
12	யோகதத்துவோபநிஷத்து	44	பாகவதம்
13	டகோபநிஷத்து	45	கருடபுராணம்
14	சாண்டில்யோபநிஷத்து	46	விஷ்ணுபுராணம்
15	சர்சோபநிஷத்து	47	காரதியம்
16	யோகசூடாமணியுபநிஷத்	48	ஆதித்யபுராணம்
17	திரிசிகியுபநிஷத்து	49	வாயுபுராணம்
18	யோகருண்டகியுபநிஷத்	50	கந்திகேசுவரபுராணம்
19	ஆன்னதூர்ணைபநிஷத்து	51	மகாபாரதம்
20	திவானபிக்ஷாபநிஷத்து	52	பகவற்கிதை
21	மூக்திகோபநிஷத்து	53	யோகவாசிஷ்டம்
22	யோகபீஜம்	54	பகஞ்சலிசூத்திரம்
23	பராசரஸ்மிருதி	55	வியாசபாஷ்யம்
24	யாஞ்ஞவல்கியஸ்மிருதி	56	இராஜசித்தாந்தராஜயோகம்
25	சங்கஸ்மிருதி	57	தத்தாத்திரேயர்
26	சதிதர்மப்பிரகாணம்	58	மகரிஷிமாதங்கர்
27	விஷ்ணுதர்மம்	59	சனாதனசித்தாந்தம்
28	மகாகாளயோகம்	60	சித்தசித்தாந்தபத்ததி
29	உருத்திரயாமளம்	61	கோரசூதசங்கிதை
30	பிரமஞானதந்திரம்	62	கோரசூதசாகம்
31	சிவசங்கிதை	63	கூட்சக்காதிரூபணம்
32	சிவாம்புகல்பம்		

75 சாயணதீர்த்தர் வாக்கியம்
64 அமிர்தசித்தி
65 அழியுத்தம்
66 யோகசந்திரிகை
67 யோகசிந்தாமணி
68 யோகசாராவளி
69 யோகதாராவளி
70 அபரோசுதாரூத்தி
71 வாக்கியசுதை
72 சிவயோகதீபிகை
73 சுரேசுவராசாரியர்
74 ஞானேஸ்வராற் செய்யப் பட்ட தீராவியாக்கியானம்
76 ஸ்ரீஹர்ஷர்வாக்கியம்
77 ஸ்ரீகர்வாக்கியம்
78 யோகபாஸ்கர்வாக்கியம்
79 ஹடகண்டம்
80 ஹடதீபாவளி
81 மகாஸ்ரீகனகசபாபதிகளின் கூடார்த்த தீபினையுரை
82 ஜீவன்முத்திப்பிரகாணம்
83 சித்தாந்தசாராவளி
84 விசாரசாகரம்
85 பதார்த்தமஞ்சூஷா
86 திருமந்திரம்
87 காயுமானவர்

முற்றிற்று.

பிழைதிருத்தம்.

பக்கம்	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
உ	கசு	ஹடயோகமாமெண்றும்	ஹடயோகமாமென்றும்
,,	உ(ரு)	விகனம்	விக்கினம்
ரூ	கச	வாயிலாக்க	வாயிலாகக்
,,	க(ரு)	அதிக	அதி
(ரு)	கசு	பெரிய	பெயரிய
க0	சூ	ஜலதனை	ஜலத்தை
க உ	உசூ	யோகசித்தாடணி	யோகசிந்தாமணி
கரூ	க0	அதிகா	அதிகார
கசூ	கக	மாகார	மகர
கள	கரூ	இரமியமான	இரம்மியமான
கஅ	கச	மதி)0	மதி)
சரூ	ரூ	சமமாகப	சமமாகப்
,,	,,	அப்பாத	பாத
,,	சூ	விவேகிகள்	விவேகிகள்
சச	க	ஆசனக்களிருந்து	ஆசைக்களிலிருந்து
சள	கஉ	வரை	(வரை
சஅ	கள	நிரைக்கப்பட்டு	நிறைக்கப்பட்டு
,,	கசூ	சொல்லப்பட்டிருந்ற	சொல்லப்பட்டிருந்தின்ற
		து	து
(ரு)க	ரூ	கயோ	கயோ”
,,	அ	கார்ஜன	“கார்ஜன
(ரு)சூ	ரூ	காண	காரண
சச	கள	சிக்தைமகிழ;	;சிந்தைமகிழ
,,	கஅ	சேர்ந்திடிலோ	சேர்ந்திட்டிலோ;
அரூ	உக	காறற	காற்ற
சுக	உ(ரு)	செய்தால்	செய்தலால்
க0ச	கக	(மாதி)னி	(மாதினி)
,,	உச	நிசோதிதது	நிசோதித்து
க0சூ	கக	வேளி	வெளி
கக0	உ0	மெய்யெழுத்தக்கரோயும்	மெய்யெழுத்தக்கரோ
ககச	கரூ	வாகியசுனை	வாக்கியசுனை
கக அ	ச	தாரிபாய்	தாரிபாய்

பக்கம்	வரி.	பிழை.	திருத்தம்.
கசுஅ	சு	பிரகாம்யமாய்	பிரகாம்பரமாய்
கஉசு	க	யுகன்டின்	யுகன்டின்
,,	கசு	கிலற	கிலமா
,,	கசூ	ரெரிணை	ரொடிணை
கசுசு	உடு	நாம்டின்	நாம்பின்
கசுக	கள	கழுகுகின்றது	ஒழுகுகின்றது
,,	உசு	வஜ்ஜிரசுணைப்	வஜ்ஜிரத்துணைப்
கசுஉ	கசூ	இவ்வெல்லா (ஜகத்து) மும்மாம்	இவ்வெல்லாமும் (ஜகத்து) மாம்
கசுடு	உள	சொல்லப்பட்டனை	சொல்லப்பட்ட
கசுள	ள	சுகையு	சுகையழு
,,	கசு	நீழுகின்றது	நீளுகின்றது
கசுஅ	கசூ	சுணத்தன்மை	சுணத்தன்மை
,,	உஉ	கொடை	கொடை
கசுசூ	கள	பக்திக்கிறன்றோர	பக்திக்கின்றோர
கடுடு	கஅ	சித்தாந்தத்தில்	சித்தாந்தத்தினல்
கடுரு	உசூ	கூடியப	கூடியதாம்
கடுசூ	கஉ	வெளிப்படுவெற்று	வெளிப்படுவதற்கு
கசூக	கஞ	ஸீகையர)	ஸீகையர)
கசூஅ	டு	இடைகாடி-	இடைகாடி-
களஉ	கஉ	(தகுணை	(தகுணல்
,,	உஞ	சொல்லுவதினல்	சொல்லுவதினல்
கஅக	அ	இலயம	இலயம்
கஞசு	உடு	கலால்	கலால்.
கஞசூ	கக	சமபவித்த	சமபவித்த
கஞளை	அ	பொருக்காதநாம்	பொறுக்காதநாம்
உ0சு	சூ	அழுத	அழுத
உகசு	கசூ	(பிராணல்லது)	(பிராணல்)லது
உஞடு	உஞ	பிராணப்பியசத்	பிராணப்பியாசத்
உசு0	க	†	*
,,	உ	தூரியாவஸ்ணதணைய	(தூரியாவஸ்ணதணைய)
உடுக	க0	கெடுதவில்	கெடுத்தவில
உடுகூ	கசூ	எ-று	இதற்குமுசயமில்லை.எ-று.
உள0	உஉ	(வழுவ)	(பகவத்வழுவ)

ஸ்ரீ கணேசாயநம:

ஹடயோகப்பிரதீபிகை.

முதல் உபதேசம்.

உரைவாழ்த்து.

நகோமணவடகிஂஙாஂவம ஸுரஸுதசவ்யகாஂஸிகாஂ
ஹரஂயொமவதீவஸு கஂவெடுரவிஜவளுரிகாழ ॥

(இ-ள்) ஸ்ரீ கணபதியையும், அம்பிகைசமேதராகிய பரமேசுவரனையும், குருவையும் நமஸ்கரித்து ஹடயோகப் பிரதீபிகைக் குறுந்நூலைப் பிரகாசிக்கை யென்னும் கமிழ்மாலையைச் செய்கின்றேன்.-று.

(அவதாரிகை) முழுமுதற்கடவுளது கண்ணையின் பொருட்டு இராஜயோக வாயிலாகக் கைவல்யபதத்தையடைய ஹடயோகப் பிரதீபிகையை விதிக்கவிருப்பவுள்ளவராகிய மிருத்யுஞ்சயரென்னுள்ளவர் ஆதிநாதராயிருக்கின்றார், அஃது இடையூறின்றி இனிது முடியும்பொருட்டு, ஹடயோகப் பிரவர்த்தகராகிய ஸ்ரீ ஆதிநாதரது நமஸ்கார லக்ஷணமுள்ள மங்கல (வாழ்த்)தை முதலில் அநுசரிக்கின்றார்.

நான்மங்கலம்.

ஸ்ரீகுஹி நாயாய நவிதாஹ்ய கவிஹ்ய ஸ்ரீ நாதயோகி
வடாஹ்வயாயாமவிதா । யிஹராஜயொகவொதய காராஜ
யொயம ஸாவாசி-ஸிலாரயிராதஹிரீய ॥ ॥ க ॥

(இ-ள்) மிகவும் உயர்ந்த இராஜயோகத்தில் ஏற இச்சையுள்ளவர்களுக்கு ஏணிபோல விளங்கும் ஹடயோக வித்தையையுபதேசித்த ஸ்ரீ ஆதிநாதருக்கு நமஸ்காரம் செய்-று.

இங்கே ஸ்ரீ ஆதிநாதனென்றமையால், சர்வேசுவரனாகிய சிவனென்றுவது அல்லது ஸ்ரீயென்னும் இலக்குமிக்குநாதனாகிய விஷ்ணுவென்றுவது கொள்ளலாம். ஆனல் பார்வதிக்குப் பரமேசுவராகிய ஸ்ரீ ஆதிநாதர் ஹடவித்தையை உபதேசித்தது மகாகாளயோகசாஸ்திரமுதலியவற்றில் பிரசித்தம். மற்ற மந்திரயோக ஹடயோக முதலிய கிழ்ப்பூமிகளுக்கெல்லாம், இந்த இராஜயோகம் மேற்பூமியாயிருக்கலால் மிகவுமுயர்ந்த தென்னப்பட்டது. மிகவுயர்ந்த உப்பரிகையில் ஏற இச்சையுள்ளவர்களே ணியானது வருந்தமின்றி அவ்வுப்பரிகையிற் சேர்ப்பிப்பதாயிருத்தல்போல, இந்த ஹடதீபிகையும் மிகவுன்னதமாகிய இராஜயோகத்தில் ஏற இச்சையுள்ளவர்களே வருந்தமின்றி அவ்விராஜயோகத்திற் சேர்ப்பிப்பதாயிருக்கின்றதென்பது உவமை யலங்காரம். ஹ-வென்பது சூரியன். ட-வென்பது சந்திரன். இவ்விரண்டின்யோகம் (சேர்க்கை) ஹடயோகமாம். இதனல், சூரியசந்திரர்களென்னும் பிராணாபானனிரண்டின் ஐக்கிய லக்ஷணமாகிய பிராணயாமம் ஹடயோகமாமென்றும் ஹடயோகலக்ஷணம் சித்திக்கின்றது. இது கோரக்ஷநாதராற் செய்யப்பட்ட சித்தசித்தாந்தபத்ததியென்னும் நூலிலும் "ஹகாரஸ்ஸூர்ய உச்யதே । ஸகாரஸ்சந்ர உச்யதே ॥ ஸகாரசந்த்ரமஸோரைக்யமவஸ்தா ஹடமுச்யதே ॥ க ॥ (*) ஹகாரம் சூரியனென்றும் டகாரம் சந்திரனென்றும் சொல்லப்படுகின்றது. சூரியசந்திரர்களின் சேர்க்கையால் ஹடயோகம் சொல்லப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(அ-கை) இப்படிப் பரமகுருநாதனால்கார லக்ஷணமாகிய மங்கலஞ்செய்து, விக்னம் மிகுதியாயிருக்கின், மங்கலமும் மிகுதியாய்ச் செய்யவேண்டியதாமென்னும் நியாயத்தால், தனது குருநாதன்

(*) = இதுயோகசிகோபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது

காலசக்கரமாகிய மங்கலத்தை ஆசரிக்கின்றவராய், இந்நூலின் விஷயம் பிரயோஜனமுதலியவற்றைக் காட்டுகின்றார்.

வ|| ஸ்ரீ மஹாயோக வசிஷ்ட ராமாயண யோகி
ந ! ஸகலமுனிராஜ யோகாய ஹரவிதேயா வஸிஷ்ட
தே ||

॥ உ ॥

(இ-ள்) தனது ஸ்ரீகுரு (கோரக்க) நாதரை பக்திபூர்வகமாக நமஸ்கரித்துச், சுவாத்துமாராமமேயாகியால் இராஜயோகமாத்திரஞ் சித்திக்கும்பொருட்டு நூடவித்தை யுபதேசிக்கப் படுகின்றது. எ-று.

இங்கே மாத்திரமென்றும் பதத்தால், நூடவித்தைக்கு இராஜயோகமே முக்கியபிரயோஜனமாம்; பற்றைத்தருவனவாயிருத்தலால், சித்திகள்பிரயோஜனமாகாவென்பது யுபிப்பிராயம். இதனால் இந்நூலிற்கு இராஜயோகபல (பிரயோஜன) த்தோடு கூடிய நூடயோகம் விஷயமென்பதும்; இராஜயோகவாயிலாக்க கைவல்யம் பலமென்பதும்; அதிலிருப் புமுடையவன் அதிகாரியென்பதும்; இந்நூற்கும் விஷயத்திற்குமுள்ள பிரதிபாத்தியப்பிரதிபாதகபாவசம்பந்தமும், நூலிற்கும் கைவல்லியத்திற்குமுள்ள பிரயோஜ்யபிரயோஜகபாவசம்பந்தமும், நூலின் பெயரால் வழங்கப்படும் ஸபல (பிரயோஜனமுடைய) யோகத்திற்கும் கைவல்யத்திற்குமுள்ள சாத்தியசாதனபாவசம்பந்தமுமாகிய இவை சம்பந்தமாமென்பதும் சொல்லப்பட்டது. (2)

(அ-கை) மந்திரயோக சகுணத்தியான நிர்க்குணத்தியான மூத்திரை முதலியவைகளிலேயே இராஜயோகம் சித்திப்பதாயிருக்க, நூடவித்தையை யுபதேசிப்பதாலென்ன பிரயோஜனமென்று ஆசங்கித்து, எழுந்த (சஞ்சல) சித்தமுடையவர்களுக்கு மந்திரயோக முதலியவற்றால் இராஜயோகம் சித்தியாதாகலின், நூடயோகத்திலேயே இராஜயோகஞ் சித்திக்குமென்று சொல்லுகின்றவராய்க் கொண்டதைப் பிரதிஜ்ஞைசெய்கின்றார்.

ஹாஸ்ரவைஹ-சிகயுாவெஸ்ரஹ ஜியொமஜிஹ ஹகாஸ்ரு ।
ஹயஂஷ்ரு தீவிகாஂயவித்த வுாஸ்ரஹாரஹ உஸ்ரயவாஸ்ரஹஂ ॥ கூ ॥

(இ-ன்) மந்திரயோகாதி ஆகமவழிவமாகிய காடாக்ச காரத்திலுண்டாகிய பிராந்தியினால் (அந்தந்த வுபாயங்களினால் இராஜயோகத்தின் பொருட்டுப் பிரவர்த்திக்கவேண்டியதால் அங் கங்கே அது கிட்டாமையும், "இராஜயோகமின்றிச் சித்திக்கு" மென்று சொல்லுதலுமாகிய இவைமுதலியவற்றால்) இராஜயோ கத்தை யறியாதவர்களுக்குக் கிருபாகரமுகிய சுவாத்துமாரா மனால் ஏடப்பிரதிபிகை செய்யப்படுகின்றது. எ-று.

கிருபாகரனென்பது கிருபையைச் செய்பவன் அல்லது கி ருபைக்கு ஆகரமாயுள்ளவன் என்று பொருள்படும். இதனால் ஏ டப்பிரதிபிகையைச் செய்தற்கு அந்தரனிடமுள்ளவிட இ ரக்கமே காரணமென்பது சொல்லப்பட்டது. சுவ (தனது) ஆத்துமாவில் இயமித்தலால் சுவாத்துமாராமனென்ற, ஏடடோக த்தைத் தீபத்தைப்போலப் பிரகாசிப்பிப்பதாயிருத்தலால் ஏ டப்பிரதிபிகையாம்; அல்லது ஏடடோமபிரதிபிகையாம். இரா ஜயோகத்தைப் பிரகாசிப்பிப்பதா யிருத்தலால்.

சுவாத்துமாராமனென்றதனால் தானத்தி னெழுந்தருளியி ருக்கிற பிரமனிடத்திலிருந்து வினாப்பட்டது. அப்படியே (மு ண்டக) சுருதியும் " ஆதி: பூதாநாம் ப்ரதம: ஸம்பபூவ விச்வஸ்ய கர்தா புவநஸ்ய கோப்தா ।" ஆத்மசக்திரூபையும் ஆத்மாவில் இயமித்த லுமாகிய சிரியையையுடைய இவன் பிரமனிடத்திலிருந்து டன் (மிகமேலானவன்)" என்று கூறுகின்றது. இக்கச் சுருதி யின் யோகவாசிஷ்டத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன:— " ஸ் ருஷ்டிகர்த்ருத்வ-மீஹாவபூர் வயோரபாவாத்-ஸ்வாஜ்ஞ ! விபா வநா தூரீகரணாத்-ஸ்வதோ தீபாதிகாந்-ஸ்வயம் ஸித்த ! வஸ்துபா வாத்ஸ்ரு கர்த்ருத்வம்-ஸ்வஸ்ய கிம்காரவாம்ஸ்தி ராதிக ! பரமாத்மந்-ஸ்வ யமி

தீவஷ்டீஷவஷதீ தாயஷு மாஷ்ஷ்ஷகா॥ மூகலாவது (*) ஞானபூமி சுபேச்சை, இரண்டாவது விசாரணை, மூன்றாவது கணுமாகஸி, நான்காவது சத்துவாபத்தி, ஐந்தாவது அசம்சத்தி, ஆறாவது (†) பகார்த்தாபாவினி, ஏழாவது துரியமெனப்படும்'. விவேகனைவராக்கியங்களோடுகூடிய சமகமாதிபூர்வகமாகிய தினிரமுமுகூக்ஷுத்துவம், சுபேஜ்ஜை. 2. சிரவணமனனைகாகணமுடையது, விசாரணை. 3. அதிகாரத்தங்களைக் கிரகிக்கும் மனம், அவ்வதிகாரத்தங்களைவிட்டுச் சத்தியத்தின் ஏகாக்ரத்தின் விருத்திப்பிரவாகமுடைய காருங்காலத்துச் சூக்ஷுமமாகின்றது. அப்படிப்பட்டசூக்ஷுமமான மனதையுடைய நிதித்தியாசனம், கணுமாகஸியாம். இம்மூன்றும் சாதனபூமிகள். இப்பூமிகளுள் ஏறியுள்ளோர் சாதகரெனப்படுவர். 4. மூன்றுபூமிகளிலும் சுத்தசத்துவமாகிய அந்தக்கரணத்தி லுண்டாகும் 'சான்மியமம்' என்னும் வடிவினதாகிய அபரோக்ஷவிருத்தி, சத்துவாபத்தி யெனப்படும். இது சாண்காவஸ்தாகிய பலபூமியாம். இதில் ஏறியயோகிபிரமவித்தெனப்படுவான். இது (¶) சம்பிரஞ்ஞாதயோகபூமி. இனிச்சொல்லப்படும் மூன்றும் ($) அசம்பிரஞ்ஞாதயோகபூமிகளாம். 5. சத்துவாபத்திக்குப்பின், சத்துவாபத்தியெனப்படுகிய பூமியிலுள்ள சித்திகளில் தூணையில்லாதிருத்தல், அசம்சத்தியெனப்படும். இதில் ஏறியயோகியானவன் தானேஸ்வராதியினின்றும் விடுபடுகின்றான். இப்பூமியை யடைந்தவன் பிரமவித்துவரெனனைப்படுவன். 6. பரப்பிரமத்திற்கு அங்கியமாகிய

(*)ஞானசப்தபூமியின் இலட்சணத்தை வராகோபநிஷத்து மகோபநிஷத்துமுதலியவற்றிலுங் காணலாம்.

(†) பதார்த்தாபாவினியென்றும்பாடம்.

(¶). இந்த யோகபூமியில் தியானிக்கப்படுபொருள் செவ்வையாய் அநுபவிக்கப்படுதலால், இது சம்பிரஞ்ஞாதயோக பூமியெனப்படுகின்றது.

($) இவற்றில் தியானிக்கப்படுபொருள் செவ்வையாய் அநுபவிக்கப்படாமையின், இவை அசம்பிரஞ்ஞாதயோக பூமிகளெனப்படுகின்றன.

அர்த்தங்களைப் பாவியாதிருக்கும் பூமி, பார்த்தாபாவினி யெனப்படும். இதிலேறிய யோகி பிறர் எழுப்பினுற்றான் விழிப்பன். இதை யடைந்தவன் பிரமவித்துவரியா னெனப்படுவன். 7. ஏழாவது தரியபூமி. இதிலேறிய யோகி தானும் விழியான். பிறராலும் விழிப்பிக்கப்படான். இதை யடைந்தவன் பிரமவித்துவரிஷ்டனெனப்படுவன். அதிற் பிரமாணமாயுள்ள சுருதி இங்குதான் சொல்லப்படுகின்றது. முன் இவனே ஜீவன்முக்தனெனப்பட்டவன். அவனே இங்கு (இத்தூலிற்) சுவாத்துமாராமபதத்தினாற் சொல்லப்படுகின்றான். (சு)

(அ-கை) மஹான்களால் அநுஷ்டிக்கப்பட்டிருக்கிறதென்று ஹடவித்தையைச் சிலாகித்துப், பெரியோர்களால் ஹடவித்தையைப்பெற்றிருப்பதாகிய தனது பெருமையையுங் கூறுகின்றார்.

ॐவிஷ்ணுராம்ஷிஷ்ணுஃ மஹாகூர்மராஜோ யஜ்ஞ
தே । வ்யாதாராசேஷயவாயோ ஜாதீதத்தவா
ஹதஃ ॥ ॥ சு ॥

(இ-ள்) மச்சேந்திரர் கோரக்கர்முதலியோர்கள் சாதனை சுதனைபேதபலங்களால் விசேஷமாக ஹடவித்தையை அறிந்திருக்கிறார்களென்பது பிரசித்தம். சுவாத்துமாராமனென்னும் யோகியும் அந்தக்கோரக்கரது பிரசாதத்தால் அறிவன். சு-று.

முதலியோ ரென்றமையால் ஜாலந்தரநாதர், பர்த்திருஹரி, கோபீசந்தர்முதலியோர்களுங் கொள்ளப்படுவர். மிகப்பெரிய பிரமணர்களாலும் இத்தவித்தை சேவிக்க (அநுஷ்டிக்க)ப்பட்ட தென்பதற்கு இங்கே " ஷிரணுமஹாபூரயோமஹாவு
ஷ்தூநாநாருஷ்வாராகஃ-யோகத்தைச் சொன்னவர் ஹிரணியகர்ப்பர். அவருக்குமுன் வேறொருவருமில்லை" என்னும் யோகியாஞ்ஞவல்கியரது ஸ்மிருதி பிரமாணமாம். சொல்லுந்தன்மையும்

மானசவியாபாரபூர்வகமா மென்று மானசவியாபாரம் அர்த்தத்தால் வந்தது. அப்படியே சுருதியும் "யதூ நலுாயுாயகி கமாவாவஷதி- னைத மனதிறலே தியானி(நிஷ்) க்கின்றுதே னுை அனைத வாக்கிறற் சொல்லுகின்றுன்." என்றுகூறுகின்றது. இந்த விந்தை பாகவதர்களாகிய உத்தவர்முதலியோர்களுக்குப் பகவாறற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சிவன் யோகியென்பது பிரசித்தமே. ஆகையால், இந்த வித்தை சர்வோத்தமர்களாகிய பிரமா விஷ்ணு ருத்திரர்களால் அநுஷ்டிக்கப்பட்டதாகின்றது. பிரமசூத்திரகர்த்தாவாகிய வியாசரால் யோகி நிராகரிக்கப்பட்டிருக்கிறனென்று சங்கிக்கலாகாது. ஏனெனின், பிரகிருதி சுவதந்திரத்தன்மையை அறிந்தவர்களால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட பேதாம்சமாத்திரம் நிராகரிக்கப்பட்டிருந்தலால், பாவனைவிசேஷவடிவமாகிய யோகம் நிராகரிக்கப்படவில்லை. பாவனை சகலருக்கும் சம்மதம். அஃதில்லாமல் சுகமும் சம்பவியாது. அப்படியே பகவற்கீதையிலும் "நாஸ்தி புத்தி-யுக்தஸ்ய நபாவநா | நசாபாவயத꞉ ஶாந்தி ரஶாந்தஸ்ய குத꞉ சுகம் ॥ அயுக்தனுக்கு (மனச்சமாதானமில்லாதவனுக்கு) புத்தி (ஆத்மசாக்ஷாத்காரம்) இல்லை. அயுக்தனுக்குப் பாவனை (ஆத்மத்தியானம்) இல்லை. பாவனையில்லாதவனுக்குச் சாந்தியில்லை. சாந்தி இல்லாதவனுக்குச் சுகமேது." என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. நாராயணதீர்த்தரும், "ஸ்ரீத ஜ்ஞாநகுகுஷி-மேவ யாதி நஸ தஸ்மாதஜ்ஞ꞉ ஸுகாஜ்ஞாயை ॥ ஸ்ரீநாராயணாக்ஷரமநுஸ்மரணாதி ரேவ ஸுகம் மேவ ஸுகம் ॥ ஸுகிநாமபி ஸுகாவஹமாத்மாநம் யோ ஜநோ ஜ்ஞாயதி ॥ ஸ்ரீநாராயண ஏவ ஸர்வஜகதாதாரோ ஜகத்ஸ்வாமீ ॥" என்றும், "ஸ்ரீமந்நாராயணஸ்மரணமே முக்திக்கு ஹேது ॥ ஸ்ரீநாராயணஸ்மரணமே ஸுகத்துக்கு ஹேது ॥ ஸ்ரீநாராயணஸ்மரணமே ஸர்வாபீஷ்டப்ரதம் ॥ ஸ்ரீநாராயண ஏவ ஸர்வஜகதாதாரோ ஜகத்ஸ்வாமீ ॥" என்றும் (*) பிரகிருதியிலுள்ள சுதந்திரத்தன்மை சத்தியத்தன்

(*) இதனைப் பிரமமீமாம்சையின், வஸ்துநியாஹ꞉ வஸ்து-கூ꞉ என்னும்-அ-உ,-பா-க-ரூ-கு, சூத்திரத்தின் பாஷ்யத்தில் விரிவாய்க் காணலாம்.

மைமுதலியவற்றையும் இந்தின் பேதத்திலுள்ள சத்தியத்வ
மையும் தன்னைற் செய்யப்பட்ட பிரமசூத்திர வாக்கியங்களால்
வியாசர் நிராகரித்திருக்கின்றனென்றிப், பாவனை யென்னும் யோக
த்தை நிராகரிக்கவில்லை. இன்னும், புத்திமானாகிய ஆசாரியர்
தான் பாஷ்யமுதலியவைற்றில் ஆத்துமனை யெளிப்படித்தும்
யோகத்தை விளக்கியிருக்கின்றார். ஆதலால், அதில் (யோகத்தில்)
ஆசாரியர்முதலியோர்களுக்கு அபிப்பிராயபேம். கைவல்ய
மூலும் யோகம் மிகுதியாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. வே
று இடங்களில் சுகர்முதலியோர்களாலும் செய்யப்பட்டிருக்கின்
றது. ஆகையால் இதில் சாதுக்கள் மிகவும் ஆசையுடையவர்க
ளாயிருக்கிறார்கள்." என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அ
ன்றியும் " வெஷஷ-யெஜ்ஞவ- கவஸ்ய விவய ரெ
வ-யஜ்ஞ ணுவமயவுஷிவ் ! சுவிகுதி கூயுஷிவி
ஷிகுர யொகீவஸயஸ்ஞ ஜ-விவெகியாவுஷ் ॥ இதைய
றிந்து (இவ்வத்தியாயத்திற் கூறியவற்றைறிந்தவுடன்
கு) யோகியானவன் வேதங்களிலும் யாகங்களிலும் தவங்களி
லும் தானங்களிலும் எந்தப் புண்ணியபலம் பிரதிபாதிக்க
(சொல்ல) ப்பட்டிருக்கின்றதோ, அவையெல்லாவற்றையும் க
டக்கிறான். மேன்மையானதும் முதன்மையானதுமாகிய ஸ்தா
னத்தை (பிரமத்தை) யும் அடைகிறான்." என்று பகவானுந்
சொல்லியிருக்கின்றார். வெகுவாய்ச்சொல்லுவதிலென்ன? " ஜி
ஜ்ஞாஸுரபியொமவு ஶப்தப்ரஹ்மாதிவர்ததே ॥ யோகத்
தை யறியவிரும்புவோனும் சப்தப்பிரமத்தைக் கடக்கிறான்.
(வேதத்திற் கூறிய கருமபலத்தைவிட அதிகபலனை யடைகி
றான்)" என்று பகவானால் யோகமறிந்தோரு (யோகத்தை அறிய
விரும்புவோர்) களுக்கும் மேன்மை சொல்லப்பட்டிருக்குமா
யின் யோகிகளுக்குச் சொல்லுவானேன். இது காமக்ரோதலே
ப பக்தியிலேஷ்டர்களாலும் யாதொன்றையுமறியாத சிலேஷ்ட
ரானிகளாலும் அறுத்திடப்பட்டிருக்கலால், பக்தர்களுக்

கும் ஞானிகளுக்கும் விரோதமில்லாததாம் என்று அடங்குக.
கயவர-என்பது அசை. (௯)

(அ-கை) நாடோயாகத்தில் பிரியிருந்திபையுண்டாக்குவதற்கு ஹடவித்தையால் ஜகவரிபத்தை யடைந்த சித்தர்களைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ரீகுரு காயதெ)ஹ ஸாவயாநவிகவாஃ ।
உளரம்ரீ நமொரகூ விரகவொகூவிதெயாஃ ॥ ஏ ॥
உஹரெநா விகவெவொவியா ரீ வஜிபெ-ஜஸ்ரகயம்பிஃ।
கொரமடகூஃவ-ரா நஹஃ வஜவாஉஸ்ரவெ-புரிஃ ॥ ஸ ॥
கரெ நரீவெஜ)வாஉஸ்ர ரிக)நாயொரிரமஜஃ ।
வொஜ்ரவிந-நாயஸ்ர கரகவம்பீஸ்ரராஹவாஃ ॥ ஈ ॥ கஜ்ரா
ஜபவெஹ-ம்விஉஸ்ர வொஹாவொஜ்ரவடிம்டிணிஃ । வாந-
ரீ நாரவிஉஸ்ர வம்பபகாவாஜ்ரகவாயா ॥ அ ॥ ஐ)ா
ஔபாகஹாவஜிஜாகஹம்யொ ஹவெ ஹாவகஃ | வம்பயிகவா
காஜ்ரஉம்பம் வெஹ்ராம்விவரம்ஜ்ரிக ॥ ॥ ஸ ॥

(இ-ள்) எல்லாநாதர்களுக்கும் முதல்நாதராகிய ஆதிநாதர் (சுயம்பு), அவர்சிஷ்யராகிய மச்சேந்திரர், சாபரர், ஆனந்தபைரவர், மீனநாதர், கோரக்கநாதர், விருபாக்ஷர், விசேஷயர், மந்தானர், மடபவர், சித்தி, புத்தர், கந்தண்டி, கோரண்டகர், சுராநந்தர், சித்தபாதர், சர்ப்படி, காகேணி, நித்தியநாதர், நிரஞ்ஜனர், கபாலி, விக்நநாதர், காகர், சண்டீசுவரர், அல்லாமர், பிபடிதெவர், கோடர, கோசலி, டிண்டிமனி, பாலுகி, காரடிதெவர், கண்டர், காபாலிகர் என்றுமிவர் முதலிய மஹாசித்தர்கள் நூறேயாகப் பிரபாவத்தால் (சாமர்த்தியத்தால்) காலதண்டத்தை (நிகநத்தினின்றும் பிராணன் பிரிதற்கு அநுகூலமாகிய வியாபாரத்தை)க்கண்டித்து (கெடுத்து), அகாலமரணமில்லாதிருத்தியுனை நிலைபெறுத்தப் பிரமாண்டமுத்திரியில் தனையின்றிச் சஞ்சரிக்கின்றார்கள். ஈ-ம.

ஆதிநாதராகிய ஈசுவரன்முதல் நாதசம்பிரதாயம் பிரவர்த்திக்கப்பட்டதென்று நாதசம்பிரதாயகாரர் கூறுகின்றனர். ஓர் காலத்து ஆதிநாதர் ஓர் தீவிலிருந்துகொண்டு, அங்கொருவருபில்லையென்றுணர்ந்து, பார்வதிக்கு யோகத்தை யுபதேசித்தார். கரையின் சமீபத்திலுள்ள ஜலத்திலிருந்த ஓர் மச்சம்(மீன்), அந்த யோகோபதேசத்தைக் கேட்டு, ஏகாக்கர சித்தமுள்ளதிச்சலகாயமுடையதாயிற்று. அப்படி இருக்கும் மீனைப் பார்த்து, இது யோகத்தைக் கேட்டிருக்கிறதென்றுணர்ந்து, கிருபாளுவா (கிருணையையுடையவரா) கிய ஆதிநாதர் ஜலத்தைப் புனோகூழி (தெளி) த்தார். அப்படிப்புனோகூழித்த மாத்திரத்தில், அந்தில்வியசரீரமுள்ள மச்சேந்திர னென்னும் சித்தராயிற்று. அவரையே மச்சேந்திரநாதரென்று சொல்லுவர்.

கைகால் குறைந்த புருஷனை வெற்றுள்ளான பாலைவனத்தில் சளாங்கி யென்பர். ஓர் காலத்து ஆதிநாதரால் யோகத்தைப் பெற்றுப் பூமியிற் சஞ்சரிக்கும் மச்சேந்திரநாதரது கிருபாதேவதாக்கமாத்திரத்தால், ஓர் காட்டிலிருந்த சளாங்கிக்குக் கைகால்கள் முளைத்தன. அவரும் இவரது கிருபையால் நமக்குக் கைகால்களுண்டாயினவென்றுணர்ந்து, அவருடைய பாதங்களில் நமஸ்கரித்து, எனக்குநற்கிரகஞ்செய்கவென்று பிரார்த்திக்க, அப்படியே அநுக்கிரகித்தார்.|| அவரது அநுக்கிரகத்தால் சளாங்கியென்னும் பிரசித்தசித்தரானார்.

கோரக்கரது சரித்திரத்தைப் பக்கவிஜய முதலியவைற்றிற் காண்க. (நு-சு)

பிரமாண்டமத்தியில் தடையின்றிச் சஞ்சரிக்கின்றார்களென்பது பாகவதத்தில் "யொகீஸ்வராணாமகிதோ மதம்தவ ஸ்ரத்தாலுபிரியோகூழவநாமகாதநாம" காற்றிலுள் பிரவேசிக்கும் வழியுடைய யோகீசுவர்களின் மூன்று லோகங்களுக்குள்ளும் வெளியும் செல்லுதலைக் கூறுகின்றார்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(அ-ஈக) ஊடம் சகல தாபங்களையும் நாசஞ்செய்வதிடம், சத

ல யோகங்களுக்கும் சாதகமுமா மென்பதை மடகமடவுருவகத்தாற் கூறுகின்றார்.

சுலொவடிகாவதவுராநா வலிசரு யதிலொஹ்ஃ।சு
லொவடியொமயகூராநா சியாரகதிலொஹ்ஃ ॥ ௫0 ॥

(இ-ள்) ஹடயோகமானது (ஆதியாத்துமிகம், ஆதிபௌதிகம், ஆதிதெய்விகமென்னும்) சகல தாபங்களாலும் தபிக்கப்பட்டவர்களுக்கு நல்ல ஆசிரயவடிவமாகிய (*)மடமும், அப்படியே (மந்திர கரும யோகமுதலிய) சகல யோகங்களையு முடையவர்களுக்கு ஆதாரபூதமாகிய கமடமு (ஆமையு) மாம். எ-று.

தாபத்திரயமுன்றனுள் ஆதியாத்துமிகம் காயிகம் மானஸிகமென இரண்டு வகையாம். அவற்றுள் காயிகதுக்கம் வியாதியிலாகியது. மானஸிகதுக்கம் காமமுதலியவற்றலாகியது. ஆதிபௌதிகம் புலி பாம்புமுதலியவற்ற லாகியது. ஆதிதெய்விகம் கிரகமுதலியவற்ற லுண்டாகியது.

கமடம் (ஆமை) உலகத்திற்கு ஆதாரமா யிருத்தல்போல ஹடம் சகல யோகிகளுக்கும் ஆதாரமாம். (௫0)

(அ-கை) இப்போது எல்லாவித்தைகளையும்விட இந்த ஹடவித்தை மிக இரகசியமாய் வைக்கத்தக்க தென்பதையும், அதற்கேதுவையும் கூறுகின்றார்.

ஹலவிஉராவொரலொமாவதர யொமிதாவஸிஷ்யதி।
கவெலீபுவதீமவதா நிவீயுராகவு காஸிதா ॥

(இ-ள்) அணிமாதி ஐசுவரியசித்தியை யல்லது கைவல்யசித்தியை விரும்பும் யோகியால் ஹடயோக வித்தை மிக இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாம். எனெனின், இரகசியமாய் வைக்கப்பட்ட ஹடவித்தை வீரிய (கெடுதலில்லாத ஐசுவரியத்தையுல்

(*) தாபத்திரை லடிபட்டவர்களுக்கு மடம் ஆசிரயமாதல் போல, மூன்று தாபங்களாலு மடிபட்டவர்களுக்கு ஹடம் ஆசிரயமாம்.

லது கைவல்யசித்தியை யுண்டாக்கும் சாமர்த்திய) முடையதாம். அப்படி இரகசியமாய் வைக்காத விந்தை வீரியமில்லாததாம். என்று.

இனி யோகாதிகாரிகளின் இலக்கணம் வருமாறு:—"ஜி காகூாயஸாதோயஸூாயஃ-கூள யிஹீ நாயஹ ஹவ்டஸஸூாய ஃ-கூள । கஹீ நாயஹஸ்டத மொஸ-கூகுஸ்கு ஹ ஹ யொதஹ்ஹயஸஹ ஃஸ்ஹ காஸ்வெஸ ॥ இந்திரிய ஜயமுள்ளவனும், சாந்தனும், முக்தியில் ஆசக்தனும், தோஷங்களில்லாதவனும், பற்றில்லாதவனும், குணமுள்ளவனுமாகிய முற்கூறிய அதிகாரிக்கு ஹடம் கொடுக்கத்தக்கதாம்: அந்தியர் (அநதிகாரி) களுக்குக் கொடுக்கத்தக்கதன்று" என்றும்"யிய-கூகஃகுஸஹ ஃபூ கூஃகஸஹ ஃகூ வஜ்குதஃ । யஸ்ஸஸ்ஹுதியஸ்ஹஸ்ப-கூஃ ஸஹ்குஹ ஸஹ ஃமஹ்வஜ்குதஃ ॥ கூ-கவிஹ்ஹுஸ்கி கஸ்ஹுாயஃ ஸகுயஃகுஹ ஸாயணஃ । ஸ-ஸ-ஸ-ஸ்ஹு ஹ்வஸணஸாகு விகூ்ஸாகு ஹ்ஸாயணஃ ॥ ஸ்வாஸ்ஹு கிஸ்டஃஸஹஹுஸ்வாவிஸ்ஹுஸ்ஹுஸ-ஃஸ்கிகூஸ்கிதஃ ॥ விதியுக்தமாகிய கர்ம முடையவனும், காம சங்கற்பமில்லாதவனும், இயம நியமங்களோடு கூடியவனும், சர்வசங்கபரித்யாகியும், வித்தையுள்ளவனும், கோபத்தை வென்றவனும், சத்திய தருமத்தை விரும்பியவனும், குருபணிவிடையில் பிரியமுள்ளவனும், பிதாமாதாக்களை யுபசரிப்பவனும், தனது ஆசிரமத்திலுள்ளவனுமாகிய சதாசாரன் (கல்லொழுக்கமுடையோன்), வித்துவான்களால் செவ்வையாக வுபதேசிக்கப்படுவன்" என்றும் யாஞ்ஞவல்கியராலும், "ஸிஸ்ஹுாஹுாஸ்தாவிய நஹுடம்வவடியாஸ்! என ! பெண்களைக்கூடுதலும் யிறு வளர்த்தலுமே வேலையாயிருக்கும் வேஷதாரிகளுக்குக் கொடுக்கத் தக்கதன்று" என்று சிலவிடத்தும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதில் யோகசித்தாமணிகார் "வ்ாஹுணகூதி யவிஸ்ாம வஸ்ீஸ்ஹுாணாமவ்ாவநு । ஸ்ாஹுயெ கூஃ குணாஃநு ஹுாஸ்மாஹுாவ்ி விஃ-கூ

பெ ‖ பிராமண க்ஷத்திரிய வைசிய ஸ்திரீ சூத்திரர்களுக்குக் கருமங்களின் சாந்தியாகிய முத்திக்கு யோகத்தைப்பார்க்கிலும் பரிசுத்தமானது வேறில்லை.” என்னும் புராணாக்கியங்களில் பிராணிமாத்திரத்திற்கு யோகத்தில் அதிகாரம் சொல்லப்பட்டிருந்தாலும், யோகத்தில் மோக்ஷமாகிய பலம் விரக்தனுக்கேயுண்டாகின்றது. ஆகையால் அவனுக்கே யோகாதிகாரம் உசிதம். அப்படியே வாயுசங்கிதையில் “ஸ்ரீவத்ஸயா நாஸ்ரு விவேகவிரக்தம் விஷயேஷு ‖ யஸ்ய தஸ்யாயிகாரொஸ்தி நராமரநாகலோகேஷு ‖ இகலோகபரலோக விஷயங்களில் விரக்தியடைந்த மனதையடையவனுக்கே இந்த யோகத்தில் அதிகாமுண்டு. வேறொருவனுக்கு மில்லை.” என்றும், சுகேசுவரசம்ஹிதையால் “ஜ்ஞாத்வா விரக்தஸ்யவஸ்வாரூபஜ்ஞாவஸ்தம் ‖ ஜ்ஞாரவொரெவகஸ்யரவியோகமதிகாரிதா ‖ இகலோகபரலோகங்களில் விரக்தனும், சம்சாரத்தைத் தள்ளும் விருப்பத்தால் யோகத்தை விரும்புவோனுமாகிய ஒருவனுக்கே இந்தயோகத்தில் அதிகாமுண்டு” என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அன்றியும் “மெநதஉபாஸ்வி நீதாயஜாதஸ்ரூநாநம்ஹஸ்வம்தஜிஸ்வஸிருஷ்யாய ‖ ஸ்ரூஸ்ரூநஸ்ரீஸ்ரூவபுரோவெநவாவிராய ‖ இதைத்தன்மார்க்கர்களுக்கு ஒருக்காலுந் தாலாகாது. அதுவும் செவ்வையாகப் பலிக்கும்பொருட்டு இரகசியமாயறியத்தக்கது. இதைத்தகாத இடத்தில் வைத்தலாலேயே சாஸ்வதியானவள் நம்மை வெகு காலத்திற்குக் கோபத்தால் தகிப்பள்” என்று மேலோர்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கக)

(அ-கை) இனி றடாப்பியாசத்திற்குத் தக்க இடத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ராஜ்யாதி கெஷிஸ்ரு ஸ்ரீவிகூநிராஸ்ரு

வஸுர்வ்ருத்திகாமயேயு ஷ்டாகவ்யம்ஹ்ரஸ்வபாமிநா ॥கஉ॥

(இ-ள்) நல்ல ராஜ்யமும், தர்மமுள்ளதும், சுபிக்ஷமுள்ளதும்(பஞ்சமில்லாததும்), திருடர் புலி முதலியவற்றின் உபத்திரவமில்லாததுமாகிய தேசத்தில், வில்லளவுகளும் யுத்தினியும் ஜலமுமில்லாத ஏகாந்தமாகிய சிறு மடத்தில் றடையோகியானவனிருக்கவேண்டும். என்று.

இராஜாவின் கருமமாவது அல்லது கன்மையாவது எதில் கன்மையாயிருக்கிறதோ, அது கல்லாராஜ்யமெனப்படும் "யயா ராஜா க்ஷயாவ்ருஜா- அரசனெவ்வண்ணம் மெய்வண்ணாய்ருடிகளும்" என்னும் முதியோர்மொழியால் இராஜனது கன்மையால் ருடிகளுடைய கன்மையுங் குறிப்பிக்கப்பட்டது. தர்மமுள்ளதென்பதனால், றடாப்பியாசிகளுக்கு யுக்தமாகிய ஆகாரமுதலியவற்றின் இலாபங் குறிப்பிக்கப்பட்டது. சுபிக்ஷமுள்ளதென்றதனால் வருத்தமின்றி அவை(ஆகாரமுதலியன)கிடைக்குமென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. இவற்றால் யுத்தேசம் வெகுகாலம்வசிக்கத்தக்கதா மென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. வில்லளவு என்பதனால் ஆசனத்திற்கு காலமுழுமம்வரையில் கல் அங்கினி ஜலமுதலியவைகள் இருக்கலாகாவென்பது பொருள். அதனால் பிதோஷ்ணவிகாரங்கள் இல்லாமை குறிப்பிக்கப்பட்டது. ஏகாந்தமாவது ஜனங்களில்லாதவிடம். இதனால் ஜனங்களது சேர்க்கையில்லாமையால் கலகமுதலியவைகளில்லையென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. ஜனசங்கமிருந்தால் கலகமுதலியவையுண்டாகவே செய்யும். அப்படியே பாகவதத்தில் "வாவெஷவைஷமஹாகலவெஹா கவெஷவா தபோதயொரவி- அரேகர் வஸிப்பதால் கலகமுண்டாகும். இருவரிருந்தாலும் வார்த்தையுண்டாகும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. மடத்தின் மத்தியிலென்றமையால், குளிர் வெயில் முதலியவற்றாலுண்டாகும் கிலேசமில்

லாமை குறிப்பிக்கப்பட்டது. இங்கே "பூகூரவிஹாரவி ணை ஹம்பிரமஸ்வஹிஜயை" என்னும் பாதிலாால் சேர்க்கப் பட்டிருத்தலால் உரைசெய்யப்படவில்லை. மூலசுலோகங்கீழுக் குமாத்திரம் உரைசெய்யப்பட்டது. இப்படியே மேலும் எத் தச் சுலோகங்கள் என்றல் வியாக்கியானம் செய்யப்படாதன வாக இங்ஙனிற் காணப்படுகின்றனவோ, அவைகளெல்லாம் இ டையிற் சேர்க்கப்பட்டனவாக அறியத்தக்கனவாம். (க2.)

(ஆ-கை) இனி மடத்தின் இலக்ஷணத்தைக் கூறுகின்றார்.

சுத்ஷ ஸாரதிரம்ய மதுவிவரம் நாகரூஹீயாய தம்
வஸ்துவிஸ்தாரயலாம்ஷ விஷ்டிதிரும் நிர்முக்தஜம் தமஸி கு!
வொவிஹாரிஜம்டவிவிதிகமவரு விரம்வ்ராகாரஸம்விவ
ஷ்டிதம் விஷ்ராந்தயொகிஜனஸுகஜனகம் வரிவிஜ
ஹாரஸாரவரிஷ்டம் ॥ க3 ॥

(இ-ள்) சிறுவாயிலுள்ளதாய் பலகணியும் (ஜன்னலும்) ப ள்ளமும் பெருச்சாளிமுதலியவற்றின் வளையுமில்லாததாய், மிக வுயரமும் மிகத்தாழ்வுமகலமுமில்லாததாய், படுஞ்சாணத்தாலீ ரமுண்டாகும்படி செவ்வையாய் மெழுகப்பட்டதாய், நின்மல மாய், கொசு மூட்டுப்பூச்சி முதலிய எந்த ஜந்துக்களுமில்லா தாய், மடத்திற்கு வெளியே மண்டபம் வேதி (மேடை) முதலி யவற்றால் மிகவும் இரமணீயமாய், சுற்புறமும் சுவரால்சூழ ப்பட்டதாயிருக்கவேண்டுமென்று ஹடாப்பியாசிகளாகிய சித்த ர்களால் (*) யோகமடத்தின் இவ்விலக்ஷணம் சொல்லப் பட்டி ருக்கின்றது. எ-று.

(*) இவ்வாறே மடத்தினிலக்ஷணம் சதாசிவ யோகீந்திரர்களாற் செய்யப்பட்ட சிவயோகதீபிகையிலும், "இயமநியமங்களோடு கூடிய புருஷன் சகலசங்கமும் விட்டவனாய், கல்வியுடையவனாய், சத்தியதரும முடையவனாய், தோஷத்தை நீங்கியவனாய், குரு சிசுரூஷை செய்ப வனாய், பிதாமாதாக்களால் விதிக்கப்பட்டவனாய், தனது ஆசிரமத்திற் குரிய கல்விலாபத்தையுடையவனாய், விஷ்ணுவான (ஞானி) களால் உப

மிகவுயரமாயும் தாழ்வாயுமிருந்தால் வடதலைக்குளிரு மிகுதியாயிருக்குமுண்டாம்; அதலமாயிருந்தால் தூரமாகப் போக்கு வரவு செல்லும். ஆகையால் அதைநிவர்த்திக்கும் பொருட்டு மிகவுயரமும் தாழ்வும் அதலமுமில்லாததாயென்று சொல்லப்பட்டது. இப்படியே கந்தசேதுபுராணத்திலும் " மேலிமயமுதலாகு மதிதூரமலையாவுமிகு | மலைபோலோதாதி வடதிசையிலிகழ் | மேதினியதுநடுவுறுவகைபெறி நீலிலையெனுமிலாவிகழ் | விதமுகிழ்நிலைபயமயிதுவரையாம் தூவுமுயர்வாகா | கயமுறுவுயரமுடனமைவுறுதூவுகா | டுறுகா | உவடவிதமகாரஷ்டிரமாகா தூவுநீதியுதிமதுபவ கிழ் ॥ வியனாருவடவாவிதுமாகா தூதிராவயுவுவிதமெனவெல " தெரிக்கப்பட்டவரையும், பழம் கிழங்கு நீர் முதலியவற்றோடு கூடிய தானத்தை யடைந்து, இரம்மியமானதும், வேதகோஷத்தோடு கூடியது மும், தத்தம் வருணாசிரம தருமங்களிற் பொருந்தியுள்ள பிரமசாரிகளாற் சூழப்பட்டதும், பழம் கிழங்கு புஷ்பம் நீர் முதலியவைகள் நிறைந்துள்ளதுமான கேதாரம், அல்லது ருத்திரம், அல்லது பாசுபதம், அல்லது ஸ்கரமென்னும் மிடங்களில் உயரமும் ஆழமும் அதலமுமில்லாததாய்ச், சிறுவாயிலுள்ளதாய்ச், சோமயமுதலியவற்றால் மெழுகப்பட்டதாய், எல்லாவிதத்திலும் பாதுகாப்புள்ளதாயிருக்கும் ஒருகல்லை யொத்தமாகிய மடத்தைச்செய்து, அதில் வேதாத்தாசாரணைச் செய்துவிஷ்ணுயோக மப்பியசிக்கக்கடவன்,, என்று காஞ்சிமஹாபுராணத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. வடநூல்களுள் " யோகமடம் அதிதூரம் போகாத குகையும், நான்குமுழ அகலமுள்ளதும், மட்டமானதுவாரம் (வாயில்) உள்ளதும், தேகதோஷங்களைக் கெடுப்பதும், வாயுவைத்தை விலக்குவதும், காடிகளிலுள்ள மலத்தைச் சுத்திசெய்து உள்ளே விகாசத்தைத் தருவதும், ஹிருதயத்தில் ஸ்திரத்தன்மையையுண்டாக்குவதுமா யிருக்கவேண்டும்" மென்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

யோகமடத்திலாவது குகையிலாவது எண்ணெய் விளக்கெரிக்கலாகாது. எனெனின், எரியும் அவ்விளக்கைப் பார்க்குங்கால் கண்ணையாய்க் கும்பிக்கப்பட்ட பிராணன் சிக்கிரம் வேறு மார்க்கமாய் வெளிப்படும். ஆகையால் நெய்விளக்கே யெரிக்கவேண்டும்.

மியுமொழுவுமாயு மிவெகுவாரணமு ॥ ஸுஸா
நமவஹாவொரமகாமுனிவெசுகுவிக் । காதுவூடீ
வணாகாராரு வமலாரொவாரவஜிடுதெ । சுநவவ்வாதொ
வதி யொதீவிஜுவுதிரவாடகூ ॥ வஸ்வுஸ்வுவாயி காருஜ
ஹமஹ காநுதாஸ்வுஜுபுணாரு ॥ புத்திமானவன் அழகா
யும், விசித்தியாசமாயும், மனோக்கியமாயும் (மனதிற்குப் பிரியமு
ண்டாக்கத் தக்கதாயும்), வாசனை யேற்றப்பட்டதாயும், தூப ப
ரிமளாதிவாசனை புஷ்பமுதலியவற்றால் அலங்கரிக்கப்பட்டதா
யும், முனிகள் தீர்த்தங்கள் நதிகள் விருக்ஷங்கள் பதுமினிகள்
மலைகள் முதலியவற்றால் சிறப்பிக்கப்பட்டதாயும், சித்திரகருமத்
தால் கட்டப்பட்டதாயும், வெவ்வேறு விதமான சித்திரங்க
ளால் விசித்திரம் செய்யப்பட்டதாயுமுள்ள யோகக் கிரகத்தை
நல்ல இரமியமான வழியோடு செய்யவேண்டும். சித்திரத்திலு
ள்ள சித்தர்களைப் பார்த்து மதி மிகமுயற்சியுடையதாகும். சித்
திரத்திலுள்ள சாந்தமுடைய முனிவர்களைப் பார்த்து மனம் சாந்
தியடையும். யோகக்கிரகத்தின் மத்தியில் சம்சாரமண்டலத்
தை யெழுதவேண்டும். ஓரிடத்தில் மயானத்தையும் மற்றோரி
டமாகிய நரகங்களையும் எழுதவேண்டும். பயங்கரவடிவமுள்ள
யமதூதர்களையும், வியாதியுள்ளவர்களையும், உன்மத்தர்களையும், ஓ
டுகின்ற இரணமுடையவர்களையும் பார்த்து சித்தியில் விருப்
பமுள்ள யோகியானவன் சாரமற்ற சமூசாரத்திற் பிரியமில்லா
தவனாகின்றான்" என்று மடத்தின் இலக்கணம் சொல்லப்பட்டி
ருக்கின்றது.

(௧௬)

(அ-ன) மடத்தின் இலக்கணத்தைக்கூறி, மடத்திற் செ
ய்ய வேண்டியதின்னதினைக் கூறுகின்றார்.

வனயமியெதிலெஸிகுவா யுவதுவிஜுவாவிஷதி ।
மாரமவெஷிவடுசிமதுனெ டொமதிஷவஸிஹுவிவஸ ॥ ௧௭ ॥

(இ-ள்) முற்கூறிய இல்லாளுடைய மடந்தையிருந்து வினவுங்கி, சகலசிஷ்டகுணமும் நீங்கியவளாய், குருவினுபதேசித்தபட்ட வழியாக யோகத்தையே யென்றும் செல்வமாக நம்பியிருக்கவேண்டும். எ-று.

யோகத்தையே யென்பதிலுள்ள ஏகாரத்தால், யோகாப்பியாசத்திற்கு ஆக்கியமானவைகள் யோகத்திற்கு விக்கினமானவைகள் செல்வனை யென்பது ஆரிப்பிக்கப்பட்டது. அது "கபாடி யோயமயுஷி ஸ்ரீவிஸ்வரிவை தாஹாரா ! ஹாரவாதூபவா தெரு கூபதூ தாணஜயோவொயோ ॥ அரிவஸ்மையம் மாயிவு பம் நித்திற்துள்ளருணை யெப்போதும் சிஷிக்கு, அந்தக்குருவின் பிரசாதத்தால் பிரமனிஷ்டையம் செய்யவேண்டும்" என்று யோகபீஜத்திலும், "விஷ்ணுகிதூதிவிரா ஹரிவேரு தாகவியெ ஸாவூகூரொவிகுஸ்து | யுரா தாதி ஸ்ரீவிதூ ஸ்ரீவிவெ நுகிரு ஸ்ரீரொஇவிவு-தூஹாரா ஸ்ரீவிவாயா ॥ நிந்தா மனியானது குருவுபதேசத்தையன்றி மற்ற சிவதாந்தத்தர்க்கவாதனை களாலும், ஆகமங்களாலும், தாரணிதசாஸ்திரங்களாலும், நியாயபுராணிய தர்மசாஸ்திரங்களாலும், அறியத்தக்கதன்று" என்று இரண்டு யோகத்திலும், "ஆயாயதூவிதூரு ஹவாவதூவுஸ்ரீரா வெவுவிரியஸ்ரீவெபழி ! யியாதூரொயுலவி தவிதத யாவிவொரு வியதிவுதுதிழி ॥ ஸ்ரீரபடுத்தியுடையவன் தான் ஆசாரியனிடத்தினின்றும் யோகதூதின் சகல ஐகவாயங்களையும் பெற்று, சாஸ்வியவண்ணை மடைகிறதன்" என்று ஸ்கந்தபுராணத்திலும், "ஸ்ரீரவெ வாதூரூவி தயோஹவெதூரொஹவொயாதூ | ஸ்ரீவி வொரூதூவுவி தயோஹவிஜிஸ்ரீவாஸ்ரீ தூ ॥" "ஆசாரியனாகத்திறல் அவ்டாங்கத்தோடுகூடிய யோகத்தையும் சிவாரியனாகத்தால் சாசுவதமாகிய யோகசித்தியையும் அடைகிறான்" என்று சூதசுவாசாரியராலும், "யவுவிதூவிவொரவுதி யதூயா

வுவெகயாஹாளை । கவெஸுவெதகயிகாஹுயுபுபுவ
கரஸாஂவெதகிஹாதூஹு ।” “எவனுக்குத் தெய்வத்தினிடத்தில்
மேலானபக்தியும், தெய்வத்தினிடத்தி லிருப்பதுபோலவே கு
ருவினிடத்திலுமிருக்கின்றதோ, அப்படிப்பட்ட மஹாத்துமா
வுக்கே சொல்லிய இவ்வர்த்தங்கள் பிரகாசிக்கும்” என்று சுவே
தாசுவதரவுபநிஷத்திலும் “ஹுயாபுஹாஜு பொபுவெவை
ஹு-ஆசாரியனையுடைய புருஷன் அறிவான்” என்று சாந்தோக்ய
உபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கச)

(அ-ஸை) இனி யோகாப்பியாசப் பிரதிபந்தங்களைக் கூறுகி
ன்றார்.

கவுஹாஸுவுபுவாஸுஜு வுஜுவெரநிபதிஜு ஹுஃ ।
ஜுநஸுஂஹஜுஜுளஜுயுஂஸ வடூஹிவெபுஹாவெஸுவி நஸுஜுகி ॥ ஙூ ॥

(இ-ள்) பகிக்கு வேண்டியனைவிடவதிகமான போஜனம், சமத்தையுண்டாக்குதற்கு நுகூலமாகிய வியாபாரம், அதிகப்
பேச்சு, (பிராதக்காலஸ்நானம், இரவுநிபோஜனம், பலதீர்த்
தங்களியவை) நியமத்தைத்திகாள்ளுதல், ஜனசங்கம், சஞ்சலத்தன்
மை யென்னுமிவ்வாறிருவகையும் யோகம் விசேஷமாய்க் கெடுகி
ன்றது. எ-று.

காமரூபியவற்றை யுண்டாக்குவதாயிருத்தலால் ஜனசங்
கம் பிரதிபந்தகமெனப்பட்டது. (கூ)

(அ-ஸை) இனியோக சித்தியைத் தருபவைகளைக் கூறுகி
ன்றார்.

உகாஹாஸுவுபுவாஸுஜு வுஜுவெரநிபதிஜு ஹுஃ ।
ஸுபாஸுஜு ।ஜுநஸுஂஹவெபிகுயுஂ மாஸுவடூஹிவெபுஹாவுஸுவி
யுஜி ॥ ஙூ ॥

(இ-ள்) உற்சாகம், சாகசம், தைரியம், தத்துவஜ்ஞானம், நிச்சயம், (*) ஜனசங்கப்பரித்தியாகம் என்று மிவ்வாறிரண்டும் யோகம் பிரசித்தியாகின்றது. 61-ஆ.

விஷயத்தில் பிரவிருத்தித்துள்ள சித்தத்தைத் தடுப்பே னென்னும் முயற்சி, உற்சாகம். சாத்தியமாகும் சாத்தியமாகா தென்பதைக் கவனியாமல் திடீரெனப் பிரவிருத்தித்தல், சாகசம். ஜீவனுள்ளவரையிலும் சாதிப்பேனெனவென்னுந் தைக்கியமில் லாமை, தைரியம். விஷயங்கள் கானற்சலம்போல நசத்தியம்; பிரமமே சத்தியமென்னும் யதார்த்தமாகிய ஞானம், அல்ல தது யோகங்களின் யதார்த்தமாகிய ஞானம் தத்துவஞானமாம். சாஸ்திரத்திலும் குருவாக்கியத்திலுமுள்ள விசுவாசமாகிய நி ரத்தை, நிச்சயமாம். இங்கே யோகாப்பியாசத்திற்குப் பிரதி கூலமானவர்களது சங்கம் ஜனசங்கமெனப்பட்டது. (கஈ)

இயமநியமங்கள்.

"அஹிம்ஸா ஸத்யாஸ்தேய ப்ரஹ்மசர்ய அபரிக்ரஹா யமாஃ | தயாஜுவம்சி காஹாராஃ ஸளஹம்விவஷயதோஷம் ॥ க ॥ சவஃஹம்சிதாவஷ்ருஷ்டிக்யும் தாதநீஸ்வரபூஜநம் | ஹிஜாஞுவாக்யஸ்ரவணம் ஹ்ரீதீஜபஹவாஹ நியமாஃ ॥உ ॥ நியதோஷ்ணஹம்சிவ்ரதா யோமஸாவஸ்வீஸாரவிதஃ ॥

(இ-ள்) அஹிம்ஸை (கொல்லாமை), சத்தியம், அஸ்தேயம் (திருடாதிருத்தல்), பிரமசரியம், அபரிக்கிரகம் (பொறை), நி

(*) "சம்சர்க்கத்தால் (சேர்க்கையால்) வெகு தோஷங்களும், சங்கமில்லாமையால் வெகு குணங்களும் முண்டாகின்றன. ஆகையால் யதியானவன் சகலப்பிரயத்தனத்தினாலும் எப்போதும் சங்கத்தை விடவேண்டு மென்று பிரமஞானாநந்தரிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

தி (தைரியம்), தயை, ஆர்ஜவம் (நேர்மை), மிதமான ஆகாரம், சௌசமென்னும் இப்பத்தும் (*) இயமமாம்.

(*) இயமம் பத்தினிலக்கணம் வருமாறு:—

(க) வேதத்திற்சொல்லிய பிரகாரமல்லாமல் வேறு எவ்விதத்திலும் மனோவாக்குக் காயங்களால் ஹிம்ஸை (கொலை) செய்யாதிருத்தல், அஹிம்ஸை (கொல்லாமை). ஆத்மா எல்லாவற்றிலுமுள்ளது, சேதிக்கப்படாதது, தஹிக்கத்தகாதது என்னும் புத்தியும் மேலாகிய அஹிம்ஸையெனப்படும்.

(உ) நேத்திரமுதலிய இந்திரியங்களால் கண்டவை கேட்டவைமுதலியவற்றை அப்படியே சொல்லிவிடுதல், சத்தியம். எல்லாமுமாகிய பிரமமே சத்தியம்; மற்றவை அசத்தியமாமென்னும் புத்தியும் சத்தியமாமென்று மேலோர் கூறுவர்.

(ங) அந்நியர்களது திரும்பு இரத்தினம் பொன் முதலிய வெந்தப் பொருளையும் கவர எண்ணாதிருத்தல், அஸ்தேயம் (கள்ளாமை). ஆத்மாவினிடத்து அனாத்மதன்மையாக வியவகரியாதிருத்தலையும் அஸ்தேயமென்று ஆத்மஞானிகள் கூறுவர்.

(ச) இருது காலத்தில் தன்மனைவியைப் புணர்ந்து, அந்நியமாதரை மனோவாக்குக் காயங்களால் விலக்கியிருத்தல், பிரமசரியம். இதனையே அஷ்டவிதமைதுனமில்லாமை யென்று கூறுவர். பிரமபாவனையில் மனஞ்சரித்தலையும் பிரமசரியமென்று கூறுவர்.

(ஞ) சத்துருக்கள் முதலியோர்களால் தனக்கு ஓர் துன்பம் வந்தவிடத்தும் கலங்காதிருத்தல், க்ஷமையெனப்படும்.

(ஃ) வேதத்திலேலையே சம்சாரம் நீங்கும் வேறுவிதத்தில் நீங்காதென்னும் அறிவுண்டாதல், திருதி (நிலையுடைமை). யான் ஆத்மா அந்நியமல்லன் என்னும் உறுதியான எண்ணத்தையும் சிரேஷ்டமான திருதியென்று கூறுவர்.

(எ) எல்லாவுயிர்களையுந் தன்னைப்போல காணுதல், தயை (இரக்கம்).

(அ) புத்திரமித்திர களத்திராதிகளிடத்தும் பகைவரிடத்தும் தன்னிடத்தும் எப்போதும் சமபாவனைத்தல், ஆர்ஜவம்.

தவம், சந்தோஷம், ஆஸ்திக்கியம் (விசுவாசம்), தானம், சுசுவரபூஜனம், சித்தாந்தச்ரவணம், இலஜ்ஜை (நாணம்), மதி, ஜபம், விரதமென்னும் இப்பத்தும் (*) நியமமாம். எ-று.

(கூ) யோகத்திற்கதுகூலமான போஜனத்தை அளவையிலே ஆசாரமும் கால்வயிறு ஜலமுமாகக் கொள்ளுதல், மிதாகாரமாம்.

(ஙி) சௌசம் பாஹ்யமாந்தரமென இருவகைத்தாம். அவற்றுள், தன் தேகத்தில் மண் முதலியவைகளிட்டு மலத்தை நீரினுற்கழுவுதல், பாஹ்ய(வெளி) சௌசம். ஞான சுத்தன் என்னும் நாமம், ஞாந(உள்) சௌசம். இவற்றுள், நாணசௌசமென்னும் ஆந்தரசௌசத்தையிட்டுப், பாஹ்யத்தையே பிரதானமாகவுடைய மூடர்கள் பொய்க்கோல மகவெடுப்பிட்டு ஓட்டைக் கரகிக்கின்றவர்களே ஒப்பர்.

இவ்வியமமிலக்ஷணம், தர்சநோபநிஷத்து, சாண்டில்யோபநிஷத்து, சூதசங்கிதை முதலியவற்றிற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

(*) நியமம் பத்தினிலக்ஷணம் வருமாறு:—

(க) வேதத்திற் சொல்லியபடி. இருக்ரசாங்நாமகை முதலியவற்றால் சரீரத்தையுலர்த்துதல், தவம். மோகமென்பது யாது? பற்றென்பது யாது? இந்தச் சம்சாரம் எப்படி வந்ததென்று விசாரித்தலும் தவமெனப்படும்.

(உ) கிடைத்ததில் திருப்தியடைதல், சந்தோஷம். பிரமலோபமுண்டாகும் அவாவையொழித்து, ஆத்மஞானத்தைப் பெற விருத்தலும் சந்தோஷமாமென்பர்.

(ஙி) சுருதி ஸ்மிருதிகளிற் சொன்னவற்றை விசுவசித்தல், ஆஸ்திக்கியம்.

(ச) நியாயமாய்த் தேடிய பொருளை அடியார்முதலியோர்க்குக் களித்தல், தானம்.

(ஞ) தங்களுக்கியன்றபடி பிரமவித்தை குருசிஷ்யர்களைப் பூஜித்தல் சுசுவரபூஜை. இராகாதிருணங்களொழித்து லக்ஷணமாகிய நல்லொழுக்கமுடையவனைப், பிறிம்மஜ்ஞமுதலியனவைகளில்லாத பாபத்தைச்செய்தலும் சுசுவரபூஜை யெனப்படும்.

(ட) சாந்தியம் ஞானம் அநந்தம் பரமாகாசமுதலிய நிலைகளை நூல்

(அ-ஸை) மூலனில் ஆசனத்தைக் கொல்லுவதற் கேதுவை யும், சாமானியமாக ஆசன் பலத்தையுங் கூறுகின்றார்.

யது பிரத்தியக்ஷ (அநுமாத்மா) என்றறிவது, வேதாக்தரவணமென் னும் சித்தாந்தரவணமாம்.

(எ) வைதிக லௌகிக மார்க்கங்களுக்கு விருத்தமாகிய கர்மங்களிற் பிரவிருத்திக்க தாலுகல், இலஜ்ஜை யா (தாணமா)ம்.

(அ) சகல வைதிக கர்மங்களிலு முண்டாகும் சிரத்தை, மதியாம்.

(க) வேதத்திற் சொல்லியபடி மந்திரங்களை அப்பியசித்தல், ஜப மாம். கற்பசூத்திரம், வேதம், தருமசாஸ்திர புராணேதிகாசங்களென்னு மிவற்றை யப்பியசித்தலும், ஜபமெனப்படும். அந்த ஜபமும் வாசிகம் மா னசமென்று இருவகைப்படும். அவற்றுள் வாசிகம் உபாம்சு (பிறர் கா தற்குக் கேட்காமல் ஜபித்தல்) உச்சம் (உரத்துஜபித்தல்) என இருவ னையாம். மானசம், மனனம் தியானமென இருவகையாம். உச்சத்தை விட உபாம்சு ஆயிரமடங்கும், உபாம்சுவைவிட மானசமாகிய மனனத் தியானங்கள் கோடிமடங்கும் அதிகபலனைத் தருவனவாம். உச்சத்தி னால் பலன் உண்டாவதாயிருந்தாலும் அது நீசர் காதிற்படுமாயின் நிச்ச பலமாகும்.

(ங) வேதத்திற்கூறிய விதிநிஷேதங்களை யநுஷ்டித்தலாகிய நித் தியகர்மம், விரதமெனப்படும். இதனை மகமென்றுங் கூறுவர்.

இங்ஙியமவிலக்ஷணம் தர்சபூர்ணமாஸத்திலு, சாண்டில்லியோபநிஷத்தி லு, சூக்தங்களிலுமுள்ளடங்கும் அவற்றிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. "தேகே ந்திரியங்களிலுண்டாகும் லாகவகியம் இயமமென்று விசேஷங்களிற் சொல்லப்படும். பரதத்துவத்தில் இடைவிடாதுண்டாகும் விருப்பம், நியமமெனப்படும். சர்வ வஸ்துக்களிடத்தும் உதாசீனமாயிருத்தல், உத்தமமாகிய ஆசனமாம். இந்தச் சகலஜகத்தும் மித்தையாகத் தோற்று தல், பிராணயாமமாம். சித்தத்தில் அந்தர்முகத்தன்மை பிரத்தியகார மாம். சித்தத்தில் நிச்சயத்தன்மையை தாரணையென்றறிவர். அந்தச் சின்மாத்திரமே நானென்று சிந்திக்கல், தியானமெனப்படும். தியான த்தைச் சொல்லையாய் மறுத்தல், சமாதியெனப்படுமென்றிப்படி இயமா திகளின் இலக்ஷணம் தர்சபூர்ணமாஸத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின் றது. இங்கே பட்டத்தாகக் கூறிய இயமநியமங்களை பாதஞ்சலிபகவ னும் மற்றப்புராண முதலியவற்றிலும் அங்கையத்தாக அடக்கிச் சொல்ல ப்பட்டிருக்கின்றன வென்பது மநுஷ்யாயுஸ்வரூபம் அறிந்தபடி.

ஹ்ரீம் ஸ்வ்ரூபாயை நமஸ்தே நமஸ்தே நமஸ்தே நம:
கூடஸ்தாயை நமஸ்தே நமஸ்தே நமஸ்தே நம:
வஷட் ॥ கக ॥

(இ-ள்) (ஆசனம், கும்பகமென்னுஞ் சித்திரம், முத்திரை யென்னுங் காரணம், நாதாநுசந்தானம் என்ற இந்நான்கிற் சொல்லப் படும் காலங்களில்) ஆசனம் மறைத்திருத்தல் முதலிய்காரியத் தாலும், அது முதலிற் சொல்லப்படுகின்றது. அவ்வாசனம் ஸ்திரியத்தையும் (ஸ்திரத்தன்மையையும்), ஆரோக்கியத்தையும், அங்கலாகவத்தை (கனமின்மை) யும் செய்யும். க-ங.

பிரத்தியாகாரமுதல் சமாதிவரையிலுள்ளவைகள் நாதாநுசந்தானத்திலடங்கும்; ஆசனம், தேகமனதுகளின் சஞ்சலத் தன்மையாகிய இரஜோகுணத்தைத் தொடர்ந்தொய்வதால், ஸ்திரத்தன்மையை யுண்டுபண்ணுகின்றது; "ஆஸநேந ரஜோ ஹந்தி- ஆசனத்தால் இரஜோகுணத்தைத் தொலைக்கின்றது" என்னும் வாக்கியத்தால்.

சித்தவிசேஷபத்தைச் செய்யும் போகமில்லாமை, ஆரோக்கியமாம்- போகம் சித்தவிசேஷபத்தைத் தருவதாமென்பது பகஞ்சலி சூத்திரத்தில் "வ்யாதிஸ்த்யாநஸம்ஸயப்ரமாதாலஸ்யாவிரதிப்ராந்திதர்சநாலப்தபூமிகத்வாநவஸ்திதத்வாநி சித்தவிக்ஷேபாஸ்தேந்தராயாஃ ॥ வியாதி, ஸ்தியானம் (போகாநுசந்தானமில்லாமை), சம்சயம், பிரமாதம் (இது வுரைத்து இது வுரைத்தன்பது), ஆலஸ்யம், அவிரதி (சித்தத்தை விஷயத்தில் வைராக்கியமில்லாமை), பிராந்திதரிசனம் (விபரீதஞானம்), சமாதி பூமிகடையாதிருத்தல், கிடைத்தபூமியில் சித்தம் நிலையாதிருத்தல் என்னுமிவை சித்தவிக்ஷேபமென்னும் அந்தராயம் (யோகப்பிரதிபக்ஷம்)" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சரீரத்தில் கனமில்லாமை ஆங்கலாகவ மெனப்படும். இதனால் சுகாஸந (சுகாசனம்) முதலாகிய தேஹோத்பவங்களைக் கொடுக்குந்தன்மையும் சொல்லப்பட்டது. சுகாஸநத்தால் (சுகாசனத்தால்) பகிர்விருத்தியாதல் முதலியவைகளுமுண்டாகின்றன.

(உ-ள்)

(அ-ஈ) வசிஷ்டர் முதலியோர்களுக்குச் சம்மதமாகிய ஏழு சனங்களிற் சிரேஷ்டமானவை யென்றற் சொல்லப்படுகின்றன வெனக்கூறுகின்றார்.

வஸிஷ்டாதிஸப்தர்ஷி-ஸம்மதா ஸப்தஸப்தயோ
ஜிஹ்ரீ: । காம்யேஷ்டி காரகாலாதி கர்மாங்கி கதாஸ்ரி
யா: ॥ ॥ கஅ ॥

(இ-ள்) வசிஷ்டர் முதலிய மனைவிகளாகிய முனிகளாலும் மச்சேசந்திரர் முதலிய யோகிகளாலும் அங்கீகரிக்கப்பட்ட னண்பத்திரண்டாசனங்களிற் சிரேஷ்டமாகிய சில வென்றற் சொல்லப்படுகின்றன. உ-று.

முதலியவெனுஞ்சொல்லால் யாஞ்ஞவல்கியர் முதலியோர் களையும், சகாசத்தால் (உம்மையால்) மந்திரமுதலியவற்றை அ றிவிப்பவர்களையும் கொள்ளப்படுவர். மச்சேசந்திரர் முதலிய வென்பதிலுள்ள முதலியவெனுஞ் சொல்லால் ஜாலந்தராதர் முதலியோர்களையும், சகாசத்தால் (உம்மையால்) முத்திரைமுத லியவற்றின் அறிவிப்போனை முடையவர்களையுங் கொள்ளப்படுவர். இருநிறத்தாருக்கும் மனைமுதல் ஏடாப்பியாசமுமிருந்தாலும் வசிஷ்டர்முதலியோர்களுக்கு மனைமுதல் மச்சேசந்திரர்முதலி யோர்களுக்கு ஏடாப்பியாசமுமென மிகுதானமாயென்று பிரித்து க்காண்க. (கஅ).

(அ-ஈ) அவற்றுள், சுகந்தைத்தருவதாயிருத்தலால் அவ ற்றுதாசனத்தை முதலிற் கூறுகின்றார்.

ஜாதமிவைரூபஸ்ரவஸிரூக்ஷ்ணவாஹிதவஹ்நிவஹ்நி ।
பீஷ்ணாயஸ்ரவஸீரவீர்ஹ: ஸ்வஸ்திகம்தத்ஸுகஸ்ரவந்தி ॥ ॥ கக ॥

(இ-ள்) முழங்காலுக்கும் தொடைக்கும் மத்தியில் இரண்டு பாகங்களாலும் வைத்துக் காயம் நிலைத்து சௌக்கியமாய் உ

ட்கார்ந்திருப்பது சுவஸ்திகாசனமென்று சொல்லப்படும். எ-று.

இங்கே முழங்காளென்னுஞ்சொல்லால் முழங்காலைச் சம்பந்தித்துள்ள கணைக்கால் கொள்ளப்படுகின்றது. 'ஜ்ஙவொவெஞ்:- கணைக்காலுக்குந் தொடைக்கும்' என்னும் பாடமும் பொருந்தும். "உளஞ்ஜ்ஙவாம் தாயாயவ உவெஜாநாமயு மெ | யொழிகாயஷவ்ஸொநம் வஷ்ஸிகாஸதஜிஷ்வெஞ்யாஃ॥ தொடைக்கும் கணைக்காலுக்குர் இடையாகிய முழங்கால் மத்தியில் இரண்டு பாகங்களையும் வைத்துக்கொண்டு யோகிகளிருப்பதெதுவோ, அதைச் சுவஸ்திகமென்று விவேகிகள் அறிவர்" என்று ஸ்ரீதாரால் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (கசு)

கோமுகாசனம்.

(அ-கை) கோமுகாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வவெவுஷகூணமஞ்ஹ்ஸ்ஹ்ஸ்ஹ வ்ருஷ்டவாவ்ஸ்ருஞ்நிவெஷ ஜயெஸ் | ஷகூஸிணவிதயாவஸவ்ஸ் மொஷ்வெஸ்மொஷ் வாக்ருஜகிஃ॥ ॥ உ0 ॥

(இ-ள்) இடது பிருஷ்ட (பின்) பாகத்தில் அதாவது சம்பிரதாயத்தால் கடியின்கீழ்ப்பாகத்தில் வலதுபா (கா) ட்டையும், அப்படியே வலது பிருஷ்டபாகத்தில் இடது பாட்டையும் செவ்வையாகச் சேர்க்கவேண்டும். இது கோமுகவடிவம் போன்ற கோமுகாசனமாம். எ-று.

இவ்வாசனம் மூலபந்தத்தால் அபானசித்தியைத் தருவதுடன் பகந்தரவியாதியையுங் கெடுக்கின்றது. தொளதொளவிக்கிரணிபகளின் சித்தியையும் விசேஷமாய்த்தருகின்றது. (உ0)

வீராசனம்.

(அ-கை) வீராசனத்தைக்கூறுகின்றார்.

வஜகாவொஷ்தவெயெகவ்ஸிஞ வித்ருவெஷ்டஞ்ஞிவ்ஸ்ரி

கழ | ஐகாரஸ்திஷ்ணுயாசொரு-ஂவீராஸன நிகீர்திகம ॥

(இ-ள்) ஒருபாதத்தை ஒருதொடையிலும், மற்றப்பாதத்தில் வேறுதொடையையும் வைத்தல், அதாவது வலது பாதத்தை இடது தொடையிலும் இடதுபாதத்தில் வலது தொடையையும் வைத்தல், வீராசனமெனப்படும். எ-று. (௨௬)

கூர்மாசனம்.

(அ-தை) கூர்மாசனத்தைக்கூறுகின்றார்.

ம-ஂஏகம்ஸிரு-யு மூலாஹ்யாரு வ்ரு-க்ஷிணை ஸுகோமதி
கஂ | கூர்மிபூராஸ நமஹ்யெவிஜ்ஞே ஜிதியோமவிஜ்ஞாவி
ஜ-ஂ ॥ ॥ ௨௭ ॥

(இ-ள்) இரண்டு பாதங்களிலும் குதத்தை நிரோதித்து(க்குத்து), இரண்டு முழங்காள்களையும் பூமியில் வைத்து, நிமிர்ந்து செவ்வையாக இருத்தல், கூர்மாசனமாமென்று யோகவித்துக்கள் அறிவர். எ-று.

இவ்வாசனம் எண்பது வாதரோகங்களையும் நீக்கும். (௨௭)

குக்குடாசனம்.

(அ-தை) குக்குடாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வ்ரூஸ்ஸ நஂ-ஸஂஸ்தாவ்ய ஜாநுமத்யெபூராஜ்ய தொரக
ரள | நிவெஸ்ய ஹஸ்தளஸஂஸ்தாவ்ய வொர்த்வ்யஸ்தக-க்-க்
டாஸநஜ்ஞ ॥ ॥ ௨௮ ॥

(இ-ள்) தொடைகளின் பேரில் மேல்நோக்கிய பாதங்களாக வைக்கும் பத்மாசனத்தைச் செவ்வையாகச் சேர்த்துக்கொண்டு, முழங்காளுக்கும் அதாவது முழங்காளுக்கடுத்த கணைக்காலுக்குந் தொடைக்கும் மத்தியில் இரண்டைகளையும் நுழை

கூடயோகப்பிரதீபிகை

த்துப், பூமியிற் செவ்வையாய் நிறுத்தி மேலெழும்பியிருத்தல் பதுமாசனம் போன்ற குக்குடாசன மெனப்படும். எ-று (உங)

உத்தானகூர்மாசனம்.

(அ-கை) உத்தான கூர்மாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

கூகூடாஸ நவொயவிஸ்ரா தொஹ்ரூபாஸவொயரூகொ
யராழி ! ஹிவெகூஅதிழ்உதிகூதா நவ கதிகூதா நகூஅதிழ்
கூழி ॥ ॥ உசு ॥

(இ-ள்) முன்சுலோகத்திற் கூறிய குக்குடாசன பந்தத்திலிருந்துகொண்டு, இரண்டு புஜங்களாலும் கழுத்தை நெருக்கிக் கூர்மத்தைப்போல உத்தானம் (நீட்டியிருத்தல்) எதிலுண்டாகிறதோ, அது உத்தானகூர்மக மெனப்படும். எ-று (உ.சு)

தனுராசனம்.

(அ-கை) தனுராசனத்தைதக் கூறுகின்றார்.

வாதாமகூஷ்ளதகூவாணிஹ்ரூபாஹ்ரூ ஹீக்வாஸ்ரவனா
வயி ! யதகூஸ்ராகூவஷ்ணுகூயஷ்ரா ஹதகூஸ்ராஸ நதிகூவ்ரு
தெ ॥ ॥ உஙு ॥

(இ-ள்) கைகளால் இரண்டு காற்பெருவிரல்களையும் பிடித்துக், காதளவையிதும் வில்லைப் போல இழுக்கவேண்டும். அதவாது பெருவிரலைப் பிடித்திருக்கும் ஒருகையை மீட்டிக்கொண்டு, பெருவிரலைப் பிடித்திருக்கும் மற்றொரு கையைக் காது வரையிலும் இழுக்கவேண்டுமென்பது பொருள். இது தனுராசனமெனப்படும். எ-று.

இவ்வாசனம் ஆலசியத்தைக்கெடுப்பதாயும், கபாதிதோஷங்களை ஜயிப்பதாயும், மலசுத்தியைத்தருவதாயு மிருக்கின்றது. (உ.ஙு)

மச்சேந்திராசனம்.

(அ-னை) மச்சேந்திராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வாமோரு-மூலாவிடுதகூவாமஜானுநாவைபூமி
லெபூஷிதவாமவோழு । பூஜயூஹ்ருதிலிவைதூரிவகி-
தாமஃ ஸ்ரீமத்ஸ்யநாயோதிதமாஸநமஸ்யாத் ॥ ௨௯ ॥

(இ-ள்) இடதுதொடையின் மூலத்தில் வைக்கப்பட்ட வலது பாதத்தை (சம்பிரதாயத்தால் பின்புறமாகச்சென்ற இடதுகையினல் குதியின் மேற்பாகத்தை)ப் பிடித்துக்கொண்டு, வலது முழந்தாளுக்கு வெளியில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் இடது பாதத்தை (இடது முழந்தாளுக்குவெளியிற் சுற்றிய வலது கையினல் இடதுகாற் பெருவிரலை)ப் பிடித்துக்கொண்டு, இடது பக்கம் பின்புறமாய் முகமிருக்கும்படி) திரும்பிய அங்கமாக இருக்க வேண்டும். இவ்வாசனம் மச்சேந்திரநாதரால் சொல்லப்பட்ட ஆசனமாகின்றது. எ-று.

இவ்வாசனம் மச்சேந்திரநாதரால் சொல்லப்பட்டமையால் அவர் பெயரால் வழங்கப்படுகின்றது. இப்படியே வலது தொடையின் மூலத்திற்சேர்க்கப்பட்ட இடது பாதத்தைப் பின்புறமாய்ச் சென்ற வலது கரத்தால் பிடித்து, இடது முழந்தாளுக்கு வெளியிற் சூழ்ந்த வலதுபாகத்தை வலதுமுழந்தாளுக்கு வெளியிற் சூழ்ந்த இடதுகையினற் பிடித்து, வலப்பாகமாய் முகம் பின்புறமிருக்கும்படி திரும்பிய அங்கமாகவும் அப்பியாசிக்கவேண்டும்.

(அ-னை) மச்சேந்திராசனத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

கதிஹ்ருதி வீரஜாலபதீப்தம் ப்ரபவதி-ழுபயவம்
பநாஹ்ருத்। கலயாஸதர்க-ஜயி நீப்ரவொயமம்ப ஸ்ரி
ர்-சுவதிதாதிவ-மஸா ॥ ௩௰ ॥

(இ-ள்) பிரசண்ட (சகிக்கற்கரிய) சோகக்கூட்டங்களோக் கண் டித்தலில் அஸ்திரம் போன்றிருக்கும் மச்சேந்திராசனம், கிணங் தாறும் ஆவர்த்தனம் செய்தலாகிய அப்பியாசத்தால் புருஷ ர்களுக்கு ஜடாக்கினியின் விருத்தியையும், குண்டலினியென் னும் ஆதாரசக்தியின் விழிப்பையும், (அண்ணாக்கின் மேற்பா சுத்தில் நித்தியம் அசைந்து கொண்டிருக்கும்) சந்திரனது ஸ்திர த்துவத்தை (அசைவின்மையை)யும் தருகின்றது. எ-று. (உஎ)

பச்சிமதான ஆசனம்.

(அ-கை) பச்சிமதான ஆசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வூலாயபூவாஉளஊ-விஉம்பரூஉவள ஒொஹ்பூம்
வதாமு ஜிதயம்மு ஹீக்வா | ஜாநமவாரிநு வூஹுயா
டுஒஒொ வலொஹிஉம்வெஸ்ஜிதாநசாஊ-ஃ ॥ உஎ ॥

(இ-ள்) பூமியில் தண்டவடிவமாக இரண்டு குதிகளையும் சேர்த்துப் பாதங்களை நீட்டிக், கைச்சுட்டு விரல்களால் காற்பெ ருவிரல்களைப் பலமாக இழுத்துப் (முழங்காளின் கீழ்ப்பாகம் பூ மியினின் றெழாதவண்ணம்) பிடித்துக்கொண்டு, முழங்காளின் மேல் நெற்றியை வைத்துக்கொண் டிருத்தல்வேண்டும். இ தைப் பச்சிமதானாசனமென்பர். எ-று. (உஅ)

(அ-கை) இனி அதன்பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஊதிவஸ்ஜிதாநசாவநாமுபம் வவநம்வஸ்ஜிவா
ஸிநம்கரொதி | உயம்ஜஂரோநஹவ்யூகூரூரூஉ-ஒ
ரொகாஸூ-ழிரொமதாம்வவூ-ஂவாழு ॥ ॥ உக ॥

(இ-ள்) இப்படி முற்கூறிய ஆசனங்களில் முக்கியமாகிய பச்சிமதானாசனமானது பிராணனைப் பச்சிமமென்னும் சுழிமு னைமார்க்கமாய்ச் செல்வதாக்குகின்றது. ஜடாக்கினியையும் வி ருத்தி செய்கின்றது. அன்றியும்உதரத்தில் (மத்தியப்பிரதேசத்

தில்) கிருசத்துவத்தை (மெலிவை)யும், சோகமின்மையை (சோக்கியத்தை)யும் செய்கின்றது. எ-று.

சகாரத்தால் (உம்மையால்) காடியின் நிமிர்ச்சிமுதலியவற்றின் சமத்தன்மையையும் செய்கின்றது என்று கொள்க. (2-ஈ)

மயூராசனம்.

(அ-கை) மயூராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

யராகிவஷ்டூஷுகாரஷயெத கத்தகவபுராஸ்ரோவிக
நாஸ்திவாஸ்ரஷுஃ। உஷ்ணாஷநிநாஷம்வஷ்டீஷயி கஃஷுஷ்ட
யகாரஷிதத்ரவஷம்கிவீழ்ழ ॥ கூ0

(இ-ள்) விரல்களை விரித்து, இரண்டுகைகளையும் பூமியிலன்றி, காபியினிருபக்கங்களிலும் முழங்கைகளை வைத்து, உயர்ந்த ஆசனமாகத் தண்டத்தைப்போல எழும்பி நிற்றலே மயூராசனமென்பர். எ-று. (கூ)

(அ-கை) மயூராசனத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஹரதிவகஷயெராமா நரஸ்ரமஷ்ரெஷ்டாதீ நகவி
ஹவக்திவதிஷ்டா நாஸநம் ஸ்ரீயகுரு। வைஷ்டகரஸ
நஷ்டகம் ஹஸ்தகஷ்யூரதிஸாஷ்டம் ஜாதயதிஜராஸ்ரீம்
ஜாரயெதகாலகூடம் ॥ கூக ॥

(இ-ள்) மயூராசனம் குன்மம், ஜலோதர முதலிய சலரோகங்களையும் நீக்கும். வாதபித்த கபங்களையும், அசீரணத்தைத் தருபவைகளுமாகிய தோஷங்களைத் தோல்வியடையச் செய்யும். அதிகமாய்ச் சாப்பிட்ட தீய்ந்த அன்னங்களெல்லாவற்றையும் பஸ்மமாக்கும். ஜடராக்கினியை யுண்டாக்கும். காளகூடத்தைப் போல அபகாரத்தைச் செய்கின்ற அன்னங்களையும் ஜீரணமாக்கும். எ-று. (கூக)

சவாசனம்.

(அ-கை) சவாசனத்தையும் அதன்பலத்தையும் கூறுகின்றார்.

உதாநஸவவஉகளே ஸயநந்தஉவாலநழி । ஸவா
லநஸ்ராஜிலஸ்ரஸ்விதவிஸ்ராஜிகாரகஸ் ॥ கூஉ ॥

(இ-ள்) மனித்த சரீரத்திற்குச் சமமாக முதுகு பூமியிலா ட்டியிருக்கும்படி நித்திரையிற்போலப் பொருந்தியிருத்தல், சவாசனமாம். இச்சவாசனம் ஹடாப்பியாசததாலுண்டாகும் இளைப்பைத்தீர்ப்பதாயும் சித்தத்திற்கு விசிராந்தியைத் தருவதாயுமிருக்கின்றது. எ-று. (கூ-கூ)

(அ-கை) இனிச்சொல்லப்படும் நான்காசனங்களின் பேரன்மையைக் கூறுகின்றார்.

வதஸ்ரஸீ தூலநாதி ஸபிவெதகயிதாதிவ : ஸ
ஹுஸ்ர தஸ்டிரோதாயவஸ்ராஸஹ தஸ்வ வீசுஹழி ॥ கூக ॥

(இ-ள்) சுவாரூல் எண்பத்துநான்காசனங்களும் அதற்குரிய னிலக்ஷணங்களும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் மிக்க சாரபூதமாயுள்ள நான்காசனங்களைக் கிரகித்து யான் சொல்லுகிறேன்- எ-று.

அவற்றி னிலக்ஷணங்களுமென்பது சகாரத்தால் (உபமையால்) வருவிக்கப்பட்டது. அது கோரக்கநாதரால் "ஸ்ரூஸ நாநிவதாவதிபாவஸ்தூஜீவஜாதயஃ । வனதஷ்டாதேயிவா ஹுஉ நிஜாநாதிரஹுஸ்ராஃ ॥ வதஸ்ரஸீதிலக்ஷணனி வபெகூஸ்வஸ்தி-உஹுஜகழி । தகஃஸ்ரீவெநவீஸ்ர நாஸவெடஸ்வ ஸொநஸ்ரஸ்தகஸ்வ தழி ஜீவஜாதிகளெவ்வளவோ, அவ்வளவாசனங்களிருக்கின்றன. அவற்றி னெல்லாப்பேதங்களையும் மகேசுவரர் அறிகின்றார். எண்பத்துநான்குலக்ஷங்களில் லக்ஷத்துக்கொவ்வொன்று செவ்வையாக உதாரிக்கப்படுகின்றது. ஆகையால் சுவாரூல் எண்பத்துநான்கு ஆசனங்கள் கூறப்பட்டிருக்கின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கூ-க)

(அ-கை) அந்தான்குஷனைவளின்பெயர்களைக்கூறுகின்றார்.

ஸிஐஂவைஊஂகயாஸிஹ்ரூஂ ஸஉ ஂவெகிஏகஂஷடபு ।
ஸ்ரஷ்டஂதத்ராயிஏஸஂவெகிஷ்டிஐாஸஂநஸஊா ॥

(இ-ள்)(*)சித்தாசனம், பதுமாசனம், சிம்ஹாசனம், பத்ராசனம் என்னும் நான்கும் சிரேஷ்டமுள்ளனவாம். அவற்றினும் சுகத்தைத்தரும் சித்தாசனத்திலேபொழுது மிருக்கவேண்டும். என்று.

இதனால் சித்தாசனம் நான்கினும் மேன்மையானது என்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது.

மச்சேந்திரசித்தாசனம்.

(அ-கை) நான்காசனங்களினுள்ளே மேலானதாயிருத்தலால் சித்தாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

யொநிஸ்தாநகஂ வித்தமுபவிஷ்டகஂ குருபாதயுகஂ
குருஹ்ருதயஂபுவாதஂவியோகவிஷஹரஂ குருபாத
ஹஸ்தஂஸ்வஸ்வஸ்ரோத்ரஂ । ஸ்வாணஸஂயுக்திதஸ்ரோபாத்தயை
ரபாஸ்யஸ்ரோத்ரஂகரஂ வைராக்யகரஂ வைராக்ய
டஹஸ்தஜநகஂ விஜ்ஞாநஸஂவிரூபகஂ ॥ ॥ கூ ॥

(இ-ள்) குதத்திற்கும் உபஸ்தத்திற்கும் மத்தியப் பிரதேசமாகிய யோனிஸ்தானத்தை[இடதுகாலின் பாதமூலத்தால் அ

(*) சித்தம், பதுமம், உக்ரம், சுவஸ்திகமென்னும் நான்கும் பிரதானமாமென்று சிவசங்கிதையில் சுசுவாரனற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே உக்ராசனமென்றது பச்சிமதானவாசனத்தை. பதுமாசனத்தைச் சுபாசனமென்பர். அவற்றுள், சித்தாசனம் பதுமாசனமென்னும் இரண்டும் கிரகஸ்தாசிரமிகளுக்குக் கூடுமாயினும், பதுமம் கிரகஸ்தாசிரமிகளுக்கும், சித்தம் மற்றாசிரமிகளுக்கும் விசேஷமாமென்பர்.

ழுத்தி, வலது பாதத்தை உபஸ்தத்திற்கு மேற்பாக (இலிங்க) த்திற்றிடமாக அழுத்தவேண்டும். இருதயத்தில் மோவாய்க்கட் டையைச் செவ்வையாக நிறுத்தி [மோவாய்க்கட்டைக்கும் இ ருதயத்திற்கும் நாலங்குல மிடையிருக்கும்படி செய்து என் பது இரகசியம்], இந்திரியங்களை விஷயங்களினின்றும் தடுத்து அசைவற்ற பார்வையாய்ப் புருவமத்தியிற் பார்க்கவேண்டும். பிரசித்தமாகிய இது மோக்ஷகபாடதின் (பிரதிபந்தகத்தின்) பேதத்தை (நாசத்தை) யுண்டாக்கும் சித்தாசனமென்று சொ ல்லப்படுகின்றது. எ-று.

சித்தர் (யோகி) களது ஆசனம், சித்தாசனமாம். "கூ வ்ஹெ4தரவ்ருவெத4வெநவெநதிவாகுவ்ஹ0- இதில் உட்காருகி ன்றார்கள் அல்லது இதனால் உட்காரப்படும். ஆதலால் ஆச னமெனப்படுகின்றது." (கூ)

மதாந்திரசித்தாசனம்.

(அ-தை) மச்சேந்திரருக்குச் சம்மதமாகிய சித்தாசனத்தை க்கூறி, அன்னியருக்குச் சம்மதமுள்ள ஆசனத்தைக் கூறுகின் றார்.

ஜெ0ஹ்ரஷ்வரிவி.நுவ்ஸ்வு வவ்ரு0ம-ஹ்ரு0தயொவ
ரி । ம-ஹ்ரா0தரா0வநிக்ஷிவ்ருவிஜாவ நஸி0ஹவெக ॥

(இ-ள்) உபஸ்தத்திற்கு மேற்பாகத்தில் (இலிங்கத்தின்மே ல்) இடது பாட்டைச் சேர்த்து, அப்படியே முக்கியமாகிய இ- தது பாதத்தின்பேரில் வலது பாட்டைச்சேர்த்து இருக்கவேண் டும். இது சித்தாசனமாம். எ-று.

இந்தச் சித்தாசனம் மதாந்திர சம்மதமாகையால் பேதமி ல்லை யென்பது பொருள்.

(அ-தை) அவற்றுள் முதலாவது மஹாசித்தர்களுக்குச் சம்மதமா மென்பதை விளக்கும்பொருட்டு, இதன் (சித்தாசனத் தின்) மதபேதங்களையும் நாமபேதங்களையும் கூறுகின்றார்.

வஜ்ரஸ்வபாவாத்மகோஹம் ஸ்வபாவஜ்ரஸ்வபாவ விஶுத்3தோ4ஹம் ஸர்வதா2ஹம் ஸர்வதா2ஹமேவோஹம் ॥ ஈஎ ॥

(இ-ள்) முற்கூறிய இதைச் சித்தாசனமென்று சிலர் கூறுகின்றனர். அன்னியர் வஜ்ராசனமென்றறிகின்றனர். சிலர் முக்தாசனமென்று கூறுகின்றனர். வேறுசிலர் குப்தாசனமென்று சொல்லுகின்றனர். எ-று.

இங்கே ஆசனத்தையுணர்ந்தவர்கள் இடது காற்பாட்டை யோனிஸ்தானத்திற் சேர்த்து, வலதுகாற்பாட்டை உபஸ்தத்தின்பேரில் வைத்தலைச் சித்தாசனமென்றும், வலது காற்பாட்டை யோனிஸ்தானத்தில் வைத்து, இடது காற் பாட்டை உபஸ்தத்தின்பேரில் வைத்தலை வஜ்ராசனமென்றும், வலதுகாற் பாடு இடது காற்பாடு இரண்டையும் மேலுங்கீழுமாகச் சேர்த்து யோனிஸ்தானத்தில் வைத்தலை (*) முக்தாசனமென்றும், மேலுங்கீழுமாகச் சேர்க்கப்பட்ட இரண்டு பாதங்களையும் உபஸ்தத்தின்மேல் வைத்தலைக் குப்தாசனமென்றுங் கூறுவர். (ஈஎ)

(அ-கை) இனி ஏழுசுலோகங்களால் சித்தாசனத்தைத் தீர்த்திக்கின்றார்.

யதி3வ்யவீ தராகா3தா3 தி3வ்யாம்ஶாம்ஶ்சரேத்3யதி3வ்ய । தி3வ்யயோகி3நமஸ்க்ருதம் வந்தி3தவந்தி3தமஸ்மி ॥

(இ-ள்) இயமங்களில் மிதாகாரமும் நியமங்களில் அஹிம்சையும் முக்கியமாதல் போல, எல்லா ஆசனங்களிலும் சித்தாசனம் ஒன்றே முக்கியமானதாமென்று சித்தர்களறிகின்றனர். எ-று.

(*) இடதுகாற் பரட்டாற் சிவனியையழுத்திவலதுகாற் பரட்டை அப்பரட்டின்கீழ்நுழைவைத்தல், முக்தாசனமாமென்றுங் கூறுவர். இவ்விரண்டு விதத்தையும் தந்தசங்கிதையிற்காண்க.

மிதாகாரம்: "ஸ-ஷ்டியுதிய-ரா ஹாரஃ-" என்பவற்றால் (58-வது சுலோகத்தால்) சொல்லப்படும். (கஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வத-ரஸீகிவீவெஷ- ஸிஜதிவஸுதாஹ்ரஸ் |
ஆஸுத்திஸுஹஸ்ராணாம் நாஸீ நாம்ருஷுரொயதந்து ॥

(இ-ள்) எண்பத்துநான்காசனங்களில் சித்தாசனத்தையே யெப்போதும் அப்பியசிக்கவேண்டும். அது எழுபத்தீராயிரம் நாடிகளின் மலத்தையும் சோதிப்ப(சுத்திசெய்வ)தாயிருக்கின்றது. எ-று.

சித்தாசனத்தையே எப்போதும் அப்பியசிக்கவேண்டுமென்பது (*) ஹேதுகர்ப்பவிசேஷணம். (கக)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஆத்மஸம்யமீ தாஹாரீயாவத் ஆயுஸ்வஸ்தோ ஜிதேந்த்ரியஃ
ஸித்யத்யஸித்தாஸனோ யோகீ நிஷ்கிதாஸ்-யாஸ் ॥ கo ॥

(இ-ள்) ஆத்மஸம்யமனைக் (ஆத்மாவை) நியமிப்பவனும் மிதாஹாரமுள்ளவனுமாய்ப், பன்னிரண்டுவருஷம் வரையில் எப்போதும் சித்தாசனத்தையே அப்பியசித்தலால் யோகி (யோகாப்பியாசி), யோகசித்தியை யடைகின்றன். அதாவது வேறு யோகாப்பியாசமின்றிச் சித்தாசனத்தின் அப்பியாசமாத்திரத்தால் சித்தியை யடைவானென்பது பொருள். எ-று. (கo)

(அ-கை) இதுவுமது.

கிமந்யை பஹுபி-ஹீவீவெஃ ஸித்தேஸித்தாஸனே
ஸதி | புராணாதிஸுஸாவயாதி ந பவேத்கேவலே
க-oஸதி ॥ ॥ கக ॥

(*) ஹேதுலவ (காரணத்தை)க் கர்ப்பத்தில் (மத்தியில்) உடைய விசேஷணம் (அடை), ஹேதுகர்ப்பவிசேஷணமெனப்படும்.

(இ-ள்) சித்தாசனம்ஃசித்தித்தால் சாவதானமாகிய பிராண வாயு கேவலகும்பகத்திற் கட்டுப்படும். கட்டுப்படுமாயின் மற்ற ஆசன ஆசனங்களா லென்ன பிரயோசனம்? (ஒன்றுமில் லை.) எ-று. (சக)

(அ-கை) இதுவுமது.

உதரஞ்சதநிராயாஸாஸ்வயஃவொந்நீகரா | த
மெகஸ்மிந்ரவத்யுபவிஷ்டேஷ்வாஸநேஷ்வி ॥ ஏ॰
யத்ரயநிராயாஸா தயஃவொவஜாயதெ ॥ ॥ சஉ ॥

(இ-ள்) உன்மனீயவஸ்தையாகிய கலை வருத்தமில்லாமல் தானே யுண்டாகின்றது. மூற்கூறியவண்ணம் சித்தாசனமொன்றே திடமாகச் சேர்க்கப்படுமாயின், (“வாஹிமுகாமெதஸ்தா னீயுயொநிமாகர்ஷமயெத்தூர்த்வம்- குதியால் யோனியைச் செவ்வையாகப் பீடித்துக் குதத்தைச் சுருக்கவேண்டும்” என்று இனிச்சொல்லப்படும் மூலபந்தமுதலியவற்றிலுண்டாகும்) வருத்தமில்லாமல் அந்த மூன்றுபந்தங்களும் அவயமாகவே (தாமே) யுண்டாகின்றன. எ-று.

சந்திரசேகரையைப் போல சந்தோஷத்தை யுண்டுபண்ணுவதாயிருத்தலால் உன்மனியைக் கலையென்றார். (சஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

நாஸாநஸ்தவிஜஸ்தாஸ்ய நகர்மஃகவலொவஃ ।
நவெஷ்டீஸாசரிர்தூர நாதஸ்தாஸ்ய ஸாஸ்யஃ ॥ சக ॥

(இ-ள்) சித்தாசனத்திற்குச் சமமான ஆசனமுமில்லை. கேவல கும்பகத்திற்குச் சமமான கும்பகமுமில்லை. கேசரிமுத்திரைக்குச் சமமான முத்திரையுமில்லை. நாதத்திற்குச் சமமானவிலயமுமில்லை. எ-று.

பதுமாசனம்.

(அ-கை) இனிப் பதுமாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வாசோரஉளரி டகூஷிணஂவஉரணஂ வஂஷ்ஷாவ்யுவா
ஶஂதயோ டகூஷோரஉளரிவஷ்ஷிஉநவியிநா ய்யக்வாக
ரஸஹ்யாஂஷ்ஷுஶஂ । கூஂஹ-ஷ்ஷளஹ்ய டபெநியாய விவை-
கூஂ நாஸலாஹ்ரஶாஷ்ரொகூயெ டீதஉயுரயிவிநாஸகாரி
யதிநாஂ வடூஹாஸநஂவ்ரொஉயுகே । ॥ சக ॥

செவ்வையாக வைத்துப், பின்புறமாய்விதியோடு இரண்டுகைக
ளாலும் இரண்டு காற்பெருவிரல்களையும் பிடித்துக்கொண்டு, இ
ருதயத்திற்குச்சமீபத்தில்(நாலங்குலம் இடையிருக்கும்படி)மோ
வாய்க்கட்டையை வைத்து நாசிநுனியைப் பார்க்கவேண்டும்.
இது யோகிகளுக்கு வியாதியை நாசஞ்செய்யும் பதுமாசனமெ
ன்று சொல்லப்படும். எ-று. (சக)

மச்சேந்திரபதுமாசனம்.

(மு-ரை) மச்சேந்திரநாதரால் கொள்ளப்பட்ட பதுமாச
னத்தைக் கூறுகின்றார்.

உத்தாநளவரணளக்யுக்வாஉளரஷ்ஷஂஷ்ஷளவ்ய தத்தஃ ।
உளரஷ்ஶியெ்யுதயொதாதன. டாணீக்யுக்வாதவிதா
ப்யஷ்ஷள ॥ ॥ சஙு ॥

நாஸாஹ்ரவிந்யஷ்ஷஜ்ஞாஸ்ரமிவ்யுதஷ்ஜிஹ்வபா ।
உத்தஂஹ்யுவிவை-கூஂவக்ஷஷ்ஷ்யு-ஸ்வாவ்யுவவநஂஷ்ஷவெநஃ ।
உஏஂவடூஹாஸநஂவ்ரொகூஂஷ்ஷவயுவ்யாயிவிநாஸநஂ ।
உஷ்யுஹஂயெநவெநாவியிதாஷ்ஹ்யுஹ்யுதஷ்ஷவி ॥ சஎ ॥

(இ-ள்) இரண்டு(புறங்கால்களையும் பிடத்தினத்தாற் மு
டையின் பேரிற்சேர்த்து, தொடையின்மத்தியில் இரண்டு கை
களையும் பொருந்தச்செய்து, அதன்பின் பார்வையை நாசி நு
னியில் நிச்சலமாக (அசைவில்லாததாக)ச் சேர்த்து, முன்பற்க

ணினிருபுறத்திலுமிருக்கும் (*) மூலத்தில் நாவினால் ஸ்தம்பித்து, மார்பில் மோவாய்க்கட்டையை வைத்து, மெல்ல மெல்ல (†)வாயுவை யெழுப்புதல் சர்வவியாதிகளையும் நாசஞ் செய்யும் பதுமாசனமெனப்படும். (பாக்கியஹீனர்களாகிய) எவர்களாலும் அடைதற்கரிதாம். ஆனால் புவியில் புத்திமான்களாலடையப்படுகின்றது. எ-று.

யதார்த்தமாக ஜிவ்ஹாபந்தத்தினாலேயே மூலபந்தம் செய்யப்பட்டதாமென்று ஹடாகமியத்தை யறிந்தவர் கூறுவர். (சு-சகு-சஎ)

(அ-தை) இதுவும் மஹாயோகிகளுக்குச் சம்மதமாமென்பதை விளக்கும்பொருட்டுப், பதுமாசனத்தில் வேறு செய்கை பேதத்தையுங் கூறுகின்றார்.

கூகூவாலம்வை-ஃபிதளஸளஜ்யுபதரம் வெய்யாதீவஜ்ர
ஸநம் மாபம்வக்ஷஸிஸ்தாபயேச்சுபுகம் யூர்யம்ஹ்ருதி
ஜ்ஞதஸ்தி ! வாரம்வாரமிவாநசெய்யுஷிதம் வெர்ஹ்ரா
ரயநுவமநிதம் நும்வநாணை-ரெவெதிவொயதீத-
மூம்ஹத்தி ஹாவாஹரஃ ॥ ॥ சஅ ॥

(இ-ள்) பதுமாசனத்தை மிகத்திடமாகச் சேர்த்துக், கைகளைச் சம்புடமாகச் செய்து மடியில் வைத்து, மார்பில் மோவாய்க்கட்டையைத் திடமாக நிறுத்தி (ஜாலந்தரபந்தம் செய்து), அதை(தனது இஷ்டதேவதையாகிய பிரமத்தை)ச் சித்தத்திலதியானித்துக்கொண்டு அடிக்கடி அபானவாயுவை மேலெழுப்பி (மூலபந்தனம் செய்து), சுழுமுனைமார்க்கத்தால் பிராணனை மேற்கொண்டுபோய்ப் பூரகத்தால் உட்கொண்டபிராணனைக் கிட்டச்செலுத்(பிராணபான ஐக்கியம் செய்) தலால், புருஷன் கு

(†) இந்த ஜிவ்ஹாபந்தம் குருமுகமாக வறியத்தக்கதாம்.

(*) இதனால் மூலபந்தஞ் சொல்லப்பட்டது. இதுவும் குருமுகமாகவே யறியத்தக்கதாம்.

ண்டலிசக்தியின் பிரபாவத்தால் (சாமர்த்தியத்தால்) நிச்சற்ற ஞானத்தை (*) அடைகிறான். என்று

"ஓம் தத்ஸதிதிஏகமேவாத்விதீயம்ப்ரஹ்ம" என்னும் பகவானது வாக்கியத்தால் தத்(அது) என்பதற்குப் பிரமமென்பது பொருள். மார்பில் மோவாய்க்கட்டையைத் திடமாக நிறுத்தி யென்பதற்கு மார்பிற்குச் சமீபத்தில் நான்கங்குலம் இடையுள்ளதாக மோவாய்க்கட்டையை நிறுத்தியென்று யோகிகளின் சம்பிரதாயத்தாலறியவேண்டும். பிராணபான ஐக்கியத்தால் குண்டலினிசக்தி விழிக்கின்றது. குண்டலினிசக்தி விழிக்குங்கால் பிராணன் சுழுமுனைமார்க்கமாகப் பிரயாணத்தை யடைகின்றது. பிரமரந்திரத்தை அடைந்தகாலத்து சித்தத்திற்கு ஸ்திரத்தன்மையுண்டாகின்றது. சித்தம் ஸ்திரமாகவே, சம்பியமத்தால் ஆத்துமசாக்ஷாத்காரம் உண்டாகின்றது என்பதுபொருள். சஅ

(அ-ள்) இதுவுமது.

வஜ்ராஸனே நஸ்தி ஸ்தாபயேத் நாஸீகாக்ரேணவைதரி
கதி । சார்தகயாரபேதுஸ்தா வஸ்தி-ஸ்தோ நாத்ரஸம்
ஸபஃ ।

। சக ।

(இ-ள்) பதுமாசனத்திலிருக்கும். சந்தயோகி (யோகாப்பியாசி) பூரகத்தாலுட்செலுத்திய வாயுவைச் சுழுமுனைமார்க்கத்தால் கபாலத்திற் கொண்டுபோய் ஸ்திரமாக்குகின்றானே, அவன் முக்தனாகின்றான். இதிற் சமுசயமில்லை. என-று. (சக)

(*) இதை முக்தபதுமாசனமென்றும் பத்தபதுமாசனமென்றும் சிலர்கூறுவர்.

சிம்மாசனம்.

(அ-கை) சிம்மாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஹ-ஷளவவ்ஷணவ்யாயஃ வீவநுாஃவொழுபொஃ
கூவிவெள் | உகூவிணவவ்ஹ-ஷ்ஃத- உகூஹ-ஷ்ஃத-
வவ்யெள ॥ ॥ரo॥

(இ-ள்) பாடகளிரண்டையும் பீஜத்திற்குக் கீழ்பாகத்தி லுள்ள காம்பின் இருபக்கங்களினும் சேர்க்கவேண்டும். அதாவது வலதுபுறத்தி லிடதுபாட்டையும் இடதுபுறத்தில் வல துபாட்டையும் சேர்க்கவேண்டும். எ-று. (ரo)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹஷளத-ஜாவெநாஃவஃஷ்வாவ்ய வ்யாஃஹ-ஷ்ஃவஃ
வ்யவ்யாயுவ | வ்யாத்தவவெக்ஷாநிரீவெக்ஷத நாவ்யாஹ்ஃ
வ-வ்யசாவஹிதஃ ॥ ॥ ரக ॥

(இ-ள்) முழந்தாளின்பேரி லிரண்டு கைகளையும் கன்றுப்ப பொருந்தும்படியாக வைத்துக், கைவிரல்களைச் செவ்வையாய் விரித்து, வாய் திறந்து நாக்கை நீட்டிக்கொண்டு, எகாக்கிர சித்தனாய் நாசி நுனியைப் பார்த்திருக்கவேண்டும். எ-று. (ரக)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஷிஹ்யாவ்யஃவ்யவெவெத்த தூஜ்ஜிதஃவொஹிவ-ஃஹ
வெவெஃ | வொஃயத்திதயவ்யாயாஃவ்ஃ-வெதவாவ்யவெநா
த்தஃழ ॥ ॥ ரஉ ॥

(இ-ள்) யோகசிரேஷ்டர்களால் பூஜிக்கப்பட்டதும், சொல்லப்பட்ட ஆசனங்களெல்லாவற்றினும் சிரேஷ்டமானதுமாகிய இது சிம்மாசனமாம். இது மூன்று பந்தங்களையும் சமஸ்திதியாக்குகின்றது. எ-று. (ரஉ)

பத்திராசனம்.

(அ-ஸை) பத்திராசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ரீஷ்ளவவ்யவ்ருணஸ்யாயஃ ஸீவந்ருர்ப்பவாஸ்ரூஃபுவோஃ
கஸ்விவேஸ் । வவ்யுஸ்ஸ்ரீராஜவெவ ஏகஸ்மிந்ஸ்ரீஷ்ளே
கஸ்மிந் ॥ ॥ ஙூ ॥

(இ-ன்) பீடத்தின் கிழ்ப்பாகமாகிய காம்பினிருபக்கங்களி
லும் காற்பாதங்களைச் சேர்க்கவேண்டும். அதாவது இடதுபு
றத்தில் இடதுபாட்டையும் வலதுபுறத்தில் வலதுபாட்டையும்
சேர்க்கவேண்டும். என-று. (ஙூ)

(அ-ஸை) இதுவுமது.

வாஸ்ரூவாவேஷவாணீஷ்யாஸ் ஏஷாம்வைஷ்ணவாஸ்ரீ
ஸ்ரூஸ்தி । ஸஏஷ ஸ்ரீராஜவெவஏஷ ஸ்ரீவ்ருஷ்ட்யாயிஸ்தாஸ
கஸ்தி ॥ ॥ ஙூசு ॥

வொஸ்ரூஷாஸ்ரீஸ்தி ஸ்யாஸ் । ஸிஷாவெவஸிஷவொஸி
ஷஃ ॥ ॥ ஙூசூ ॥

(இ-ள்) இருபக்கங்களின் (பாரிசங்களின்) சமீபத்திலுள்
ள இரண்டுபாதங்களையும் இரண்டு கைகளாற் பலமாகச்சோத்
து (ஒன்றோடொன்று நெருங்கியவிரல்களுடைய தும்வயிற்றோ
டொட்டியதுமாகிய கைகளாற்கட்டி) க்கொண்டு இருக்கவேண்
டும். இது சகலவியாதிகளையும் நாசஞ்செய்யும் பத்திராசனமா
ம். சித்தர்களாகிய யோகிகள் இந்தப பத்திராசனத்தைத் (*) கோ
சகந்தாசனமென்று கூறுவர்.

(*) இந்நூலிற் சொல்லப்படாதனவாய் உருத்திரயாமளம் வா
டாத்நாவளிமுதலியநற்றிற் கூறப்பட்டுள்ள சில ஆசனங்கள் வருமா
று:—

பெருங்பாலும் கோரக்கரா லுபதேசிக்கப்பட்டமையால் இதைக் கோரக்காசனமென்று கூறுவர். (ஈசு.ஏ)

(க) வல்லி:—சமமாகப் பதுமாசனத்திலிருந்து கொண்டு, அப்பாதங்களையும் தொடையையும் ஒட்டி முழங்கைகளைவைத்து, இரண்டுகைகளையும் கோர்த்துச் சிரசின்பேரில்வைத்து, மோவாய்க்கட்டையை மார்பில் பொருந்தச்சேர்த்து, வாயுவை நிரோதித்து, ஸகாக்கிரசித்தமாயிருக்கவேண்டும். இதுவல்லியாசனம்.

எப்போது சரீரத்திலுதிரமூநித்து மிகுந்தகாலும் வாயுகீழ்ச் செல்லுதலுமுண்டாகின்றதோ, அப்போது விவேகிகள் மெல்ல இவ்வாசனத்தை விடவேண்டும். இது மிகவுக்கிரமான சுரத்தைக் கெடுக்கும். உண்ட அன்னங்களை ஜீரணிப்பித்து ஜடராக்கினியை விருத்தி செய்யும்.

(உ) விருச்சிகம்:— இரண்டு கைகளையும் பூமியிலூன்றி, இரண்டு முழங்கைகளையும் விலாப்பக்கத்திற் சேர்த்து, மோவாய்க்கட்டையைக் கீழேவைத்து. தேளின் கொடுக்குப்போன்றதாக இரண்டு பாதங்களையும் சிரசின்பேரில் வைத்தல், விருச்சிகாசனமாம்.

(ஊ) குப்ஜிகம்:— பாதங்களை மூலத்தில் மாறிவைத்து நிரியக் கைப்போலக் கொஞ்சங்குனிந்து முழங்காலில் தலையை வைத்துக்கொண்டிருத்தல், குப்ஜிகாசனம். இது அக்கினியை விருத்திசெய்யும்.

(சு) பாரிசுவோபாதாசனம்:— சமானபூமியில் படுத்துக்கொண்டு, இரண்டுகைகளையும் இரண்டுவிலாக்களினிடையாகிய முதுகிற்சேர்த்து, ஒன்றை யொன்றுற் செவ்வையாய்ப்பிடித்துக் கொண்டிருத்தல், பாரிசுவோபாதாசனமெனப்படும்.

(ஙு) யோகாசனம்:— முழங்காலுக்குக்கீழ் யோகபட்டையைச் சேர்த்து, இரண்டுபாதங்களையும் பூமியில்வைத்து, இரண்டு முழங்கைகளையும் தொடைகளுக்கு மத்தியில்வைத்து இரண்டு கைகளையும் கன்னத்திற் சேர்த்திருத்தல், யோகாசனமெனப்படும். குதத்தைக் கால்களால் அழுத்தி நேராக நிமிர்ந்திருத்தலையும், யோகாசனமென்று கூறுவர்.

(ரு) கபாலாசனம்:— தலைகீழாயிருத்தலாகிய விபரீதகரணியைக் கபாலாசனமென்றும், அதோமுகாசனமென்றும், சுகாசனமென்றும் கூறுவர். இக்காசனத்தால் சிரமம் நீங்கும். அதனையே மேலும் சொல்லும் செய்தலால், விடயத்திரளுண்டாகும் சிரமம் நீங்குகின்றது.

(அ-கை) ஆசனங்களிருந்துகொண்டு செய்யவேண்டிய தைக்கூறுகின்றார்.

(எ) டிட்டிபாசனம்:— கைகளையூன்றி, இரண்டு பாதங்களையும் சிரசின்பேரில் வைத்துப் பின்பாகத்தை யுயர்த்துதல், டிட்டிபாசனம்.

(அ) பூர்வதானுசனம்:— கால்விரல்களை மடித்துப் பூமியிலூன்றிக், கடிதடங்களைப் பரடுகளில் வைத்துச், சிரசைக்கைகளாலும் இடையை முழங்கைகளாலும் அழுந்தப்பிடித்துக்கொண்டு இடுப்பு நிமிர்ந்திருத்தல், பூர்வதானுசனம்.

(கூ) அர்ப்பகாசனம்:— இரண்டுபாதங்களையும் பூமியில் வைத்துக் கடிதடங்களைப் பூமியில் வைத்தாவது, வைக்காமலாவது, முழந்தாள்களின்பேரில் சிரசைவைத்து, முழந்தாள்களை இரண்டுகைகளாலும் சுற்றிப்பிடித்துக்கொண்டிருத்தல், அர்ப்பகாசனம்.

(கo) காமதகனுசனம்:— நுனிவிரல்களைப் பூமியிலூன்றி, முழந்தாள்களைக் கீழுன்றுமல் குதிகளை யோனியிற் பொருத்தி, ஹம்ஸதண்டத்தின்பேரில் கைகளையூன்றிப் புருவநடுவை பார்த்திருத்தல் காமதகனுசனம்.

(கக) கேசரியாசனம்:— பீஜத்தின் கீழ்ச்சிவனியிடத்துப் பரட்டைவைத்து, முழங்கையை முழந்தாளில்வைத்து, அங்குலியை விரித்து நாசியைப்பார்த்திருத்தல் கேசரியாசனம்.

(கஉ) சோபாசிரயாசனம்:— யோகப்பட்டை சேர்த்திருத்தல் சோபாசிரயாசனம்.

(கங) பரியங்காசனம்:— பச்சிமதானவாசனத்தைப் பரியங்கமென்பதோடு முழந்தாள்களில் கைகளை நீட்டிச்சயனித்தலையும், பரியங்காசனமென்பர். சிலர் வீராசனத்தைப் பரியங்காசனமென்றுங்கூறுவர்.

(கச) பத்தாசனம்:—பிருஷ்டத்தில் இரண்டு பாதங்களையும் வைத்துப், பிடரியில் இரண்டுகைகளையும் வைத்துக், காயத்தைச்சுருக்கிப்பிடித்தல், பத்தாசனமாம்.

(கஞ) லௌல்யாசனம்:— குக்குடாசனத்திலிருந்து தலையைக்கீழேசாய்த்தல், லௌல்யாசனம். இது சரீரத்திற்கு சீதளத்தையும் குண்டலியின் விழிப்பையுந்தரும்.

வஜ்ரசாலநமஸ்யேஷ- யொகீந்த்ரவிமதஸ்ரஜ: ।
சக்ரஹஸ்தாயிகாஸு-ஜ்ஞ: ஸ-உர்வீவஜ்ரகிரீயதே ॥

(கசு) பத்தயோனியாசனம்:— இலிங்கமென்னும் குஹ்யமுதலி யவற்றைப் பந்தித்தலாகிய யோனியாசனத்தைச்செய்து, உதடுகளைச் சுண்டுவிரல்களாலும், நாசித்துவாரங்களை மோதிரவிரல்களாலும், நேத்திரங்களை நடுவிரல்களாலும், காதுகளைச் சுட்டுவிரல்களாலும் மூடுதல், பத்த யோனியாசனம்.

(கஎ) பேகனாசனம்:— இரண்டுபாதங்களையும் தோளின்போரில் வைத்து, அப்பாதங்களின்மேல் இரண்டுகைகளையும் வைத்திருத்தல், பேகனாசனம்.

(கஅ) மகாபேகாசனம்:— சர்வாங்கங்களையும் ஆகாயத்தில் உயர்த்துதலாகிய கேசராசனம், மகாபேகாசனமெனப்படும்.

(ககு) பிராணாசனம்:— ஒருபாதத்தைத் தொடையிலும் மற்றப் பாதத்தைத் தோளிலுமாகச் சேர்த்திருத்தல், பிராணாசனம். இதுசகல சித்திகளையும் தரும்.

(உ0) அபானாசனம்:—மூலத்தினின்றும் வாயுவை யெழுப்பிப் பரவச்செய்து, பிரயத்தினத்தால் ஒருபாதத்தைத் தோளில்வைத்து, மற்றொருபாதத்தால் நிற்றல், அபானாசனம். இது சர்வரோகங்களுக்கும் ஆசிரயமாம்.

(உக) சமானாசனம்:—ஒரு பாதத்தைத் தொடையில்வைத்து, மற்றப் பாதத்தைக் குஹ்யமாகிய இலிங்கத்துவாரத்திற் சேர்த்தல், சமானாசனமாம்.

(உஉ) பைரவாசனம்:— காதுகளிரண்டையும் ஒன்றோடொன்று சேர்த்து நேராகநிமிர்ந்து, முழங்கால்களுக்குப் பக்கத்தில் இரண்டுகைகளையும் தண்டம்போல் வைத்திருத்தல், பைரவாசனம்.

(உங) மண்டூகாசனம்:— காதுகளிரண்டிலுமுள்ள பிருஷ்டத்தைச் செவ்வையாயழுத்தி முழங்கால்களை எறிவுலயவடிவமாய் வைத்துச், கைகளைப் பாதங்களில் வைத்திருத்தல், மண்டூகாசனம்.

(உச) மர்க்கடாசனம்:— கைகளாற் பாதங்களைத் தொடையையும்

(இ-ள்) இப்படி ஆசனங்களினிருந்து நிவர்த்திக்கிய போகீச்சுரன் சுடிகளின் நிந்தனையும், "வ,ணைவெஷிலபாவி வைனியதிதம்" என்று (இரண்டாமுபதேசத்தின் ம-வது சுலோகத்திற்) சொல்லப்படும் முத்திரையை ஆதியாகவுடைய சூரியபேதமுதலிய பிராணவாயுக்களின் நிறைவுகளை (பிராணயாமத்தை)யும் அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று. (நருஅ)

மூத்திப், பாதமத்தியில் நிரைசை விற்போல் வைத்து, அங்குஷ்டங்களோத் நிடமாகப் பிடித்துக் கொண்டிருத்தல், மர்க்கடாசனம்.

(உநி) ஏகபாதவாசனம்:— ஒரு பாதத்தை நீட்டி, மற்றப்பாதத்தைக் கழுத்தின்பேரில் வைத்து, இரண்டுகைகளையும் கோர்த்து, அதின்மேல் வைத்துக்கொண்டிருத்தல், ஏகபாதவாசனம்.

(உசு) பணீந்திராசனம்:— இரண்டு கால்களையும் சுற்றிக்கொண்டு இரண்டு கைகளில் நிற்றல், பணீந்திராசனம்.

(உன) யோகநித்திராசனம்:— கால்களால் கழுத்தைச் சுற்றிக், கைகளைப் பின்புறம் கட்டிக்கொண்டு சயனித்தல், சுகத்தைத்தரும் யோகநித்திராசனமாம்.

(உஅ) சுகாசனம்:— எப்படியிருந்தால் ஸ்திரமும் சுகமும் முண்டாகுமோ, அப்படியிருத்தல் சுகாசனம். இதை அசுகத்தன் ஆசரியிக்கவேண்டுமென்று தரிசனோபநிஷத்திலும் சூகசங்கிதையிலும் சொல்லியிருக்கின்றது.

(உக) தண்டாசனம்:—உட்கார்ந்து விரல்களையும் பாதங்களையுஞ்சேர்த்துத் தொடை கணைக்கால் பாதமென்பவைகளைப் பூமியிற் பொருந்த நீட்டித், தண்டத்தைப்போற் சயனித்தல், தண்டாசனம்.

(கூ0) சக்கிராசனம்:— வலதுகாற்பாட்டில் இடதுதொடையையும் இடதுபாட்டில் வலதுதொடையையும் வைத்து உடல்நிமிர்ந்திருத்தல், வராகோபநிஷத்திற் கூறிய சக்கிராசனமாம்.

(கூக) அர்த்தாசனம்:— வீராசனமே நத்தீரகீதையில் அர்த்தாசனமென்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(கூஉ) உத்கடாசனம்:— இதை இந்நூலில் பஞ்சதிகர்மங் கூறியவிடத்துக் காண்க.

(அ-ஈ) ஹடாப்பியாசத்தின் லாபத்தையும், ஹடசித்தியின் அவதி (எல்லை) யையும் கூறுகின்றார்.

ஸுவ்ருதஸ்ய ஹடஸ்யேத³ம் ப்ரதா²ஸ்வாத்மவிதா³ம் வர꞉ ।
முனீந்த்³ரோ ஹடவித்³யாயா꞉ ஸ்வாத்மாரோஹணமர்கவத் ॥ ஈ ॥

ஸித்³தா⁴ஸனம் ப்ரஸம்ஸந்தி ஸித்³தா⁴꞉ ஸித்³தா⁴ஸனே ஸதா³ ।
ந ஹி தத்³ஸத்³ருஸம் கிஞ்சித்³ஆஸனம் ப்ருத்²வீதலே ॥
ந ஹி கும்ப⁴கஸத்³ருஸம் ப³லம் ஸர்வேஷு ஸம்ஸ்ருதௌ ।
ந ஹி கேவலகும்ப⁴கஸத்³ருஸம் கிஞ்சித³ஸ்தி ஹி ॥

(இ-ள்) முற்கூறிய ஹடவித்தையை, ஸித்தர்களும் ஸாதனிக்கும்பகம், முத்திரையென்னும் மகாமுத்திரைமுதலியதாணம் அதன்பின் நாதாநுசந்தானம் என்னுமிவை, ஹடயோகாப்பியாசத்தின் முன்பின் கர்மங்களாம் (ஒழுங்காம்). பிரமசாரியும், மிதாகாரியும், (வரையறையான ஆகாரமுடையவனும்), நியாயியும் (தானசீலன் அல்லது விஷயப்பரித்தியாகமுள்ளவனு) மாகிய

(ஈ) பர்வதாசனம்:— மலைபோலைசையாதிருத்தல், பர்வதாசனம்.

இப்படியே பாதபீடாசனம், ஹ்ராலம்பம், ஹிரளந்சிவஸ்தனம், ஹஸ்திநிஷ்டனம், உத்டிராஸ்டனம், பாதபங்தம், சமஜாது, வகஜாது, விஸானனம், விஸ்த்ரிகரணி, கார்முகம், பிண்டமயூரம், அர்த்தசந்த்ரகம், தார்க்ஷியம், சூலம், சட்கம், மூத்கரம், மகரம், நிரிபதம், காஷ்டம், தாணு, ஹஸ்திகர்ணிகம், பீமம், சர்வதோபத்ரம் எனஅநேக ஆசனங்களின் பெயர்கள் மாத்ரம் சாஸ்த்ரங்களிற் காணப்படுகின்றன. முற்கூறிய ஆசனங்களை அப்யஸிக்குங்கால் ஒரு ஆசனத்திலிருந்து வேறு ஆசனத்தை யாரம்பிக்கவேண்டும். ஒருஆசனத்தையே மாறுவதால், அது இரண்டாசனமாகின்றது. ஆசனங்களுள் சில தேகவியாதிகளை நீக்குவனவாயும், சில பிராணனைச் சுழுமுனைமார்க்கத்திற் செலுத்துவனவாயுமிருக்கின்றன.

ஆசனம் எவற்றால்ஜயிக்கப்படுகின்றதோ, அவற்றால் மூன்றுலகமும் ஜயிக்கப்படுமென்பது தரிசனைபந்தஷ்டும் தரிசியுபதேஷ்டுமாம்.

யோகபாயணன் (யோகாப்பியாசபான்), ஒருவருஷத்திற்மே ல்ஹடசித்தியை யடைகிறான். இதில் (முற்கூறியதில்) விசாரணை ஆகுமா ஆகாதாவென்னும் சமூசயத்தோடு கூடியதன்மை) செ யயத்தக்கதன்று (இது ஆகுதல் நிச்சயமே). எ-று. (நெ)

(அ-தை.) முற்சுலோகத்தில் மிதாகாரியென்று சொல்லப்ப ட்டது. அதில் யோகிகளின் மிதாகாரம் எப்படிப்பட்டதென் று கேட்குமிடத்துக் கூறுகின்றார்.

ஸுஸ்நிக்தமதுராஹாரஶ்சதுர்யாம்ஶவிவர்ஜிதஃ ।
ஜ்யேகஶிவஸம்பூர்ணம்தர்தாஹாரஸ்துஉச்யதெ ॥

(இ-ள்) மிகமிருதுவாயும் மதுரமாயுமுள்ள ஆகாரம், நான் காவது பாகந்தள்ளப்பட்டதாய் சிவப்பிரீதியாகப் புசிக்கப்படு ம். அது மிதாகாரமென்று சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

நான்காவதுபாகம் தள்ளப்பட்டதாமென்பது அபியுக்த மென்னு நூலில் "ஷளஹாரளவஶரயெஉஎஹெ ஹ்ரொயெ ஏநகாஎவஶரயெஸ் । வாயொஃஸ்ஸாஎவரணாயபூரயெத ுயபூசிவஶொஷயெஸ் ॥ இரண்டுபாகங்கள் அன்னத்திலும் ஒரு பாகம் ஜலத்திலும் நிரைக்கப்பட்டு, நான்காவது பாகம் வா யு சஞ்சரிக்கும்பொருட்டு மிஞ்சியிருக்கவேண்டும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சிவனென்பது ஜீவன் அல்லது "ஹாக்தாஎஉவாசிவஹஶ்வரஃ ॥ போக்தா (அனுபவிப்போன்) தேவரூபிய மகேசுவான்" என்னும் வாக்கியத்தால் ஈசுவரனே வன். (நஅ)

அபத்தியம்.

(அ-கை) யோகிகளுக்கு அபத்தியத்தைக் கூறுகின்றார்.

கூடாதி தீக்ஷ்ணகவணாடஹரீ தஶாவஸளவீரஎதெ
ுதீஶுஸஷபூவசிரஃதீஷ்ணாஶு । கூஜாதிஶாஸஉயிதகூ
க்ஷுஸஎகொஶுவிணஃகஹிம்ஸஶாநாதி செயஃசிர
ஹாப் ॥ ॥ நக ॥

(இ-ன்) ஈகப்பு (பாகல் முதலியன), புளிப்பு (புளிமுதலிய னை), உறைப்பு (மிளகாய்முதலியன), உப்பு, உவ்ணம் (வெல்ல முதலியன), கார, காடி, லவணம் (எள் கடுகுமுதலியவற்றின் நெய்), எள், கடுகு, கன், மீன், ஆடுமுதலியவற்றின் மாமிசம், தயிர், மோர், கொள்ளு, இலக்கைப்பழம், பிண்ணாக்கு, பெருங் காயம், வெள்ளைப்பூடு முதலியவற்றை யோகிகளுக்கு(*) ஆபத்தியமென்று கூறுவர். எ-று.

ஆடுமுதலியவற்றின் எண்பதிலுள்ள முதலிய வென்ற சொல்லால் பன்றி முதலியவற்றின் மாமிசங்களும் கொள்ளப் படும். வெள்ளைப்பூடு முதலியவற்றை யென்பதிலுள்ள முதலியவென்றசொல்லால் வெண்காயமும், மதகண்ணையுண்டபண் ணும் தாவியங்களாகிய உருக்கன்னமுதலியனவகளும் கொள்ளப்படும். (இசை).

(அ-னை) இவ்வாறு.

வொஜ கிஷ்மி கைவிஜ்ர கூ- காரவொஜ்ரவுஜீ சூஜ்ர
ரஷ்ஷ்ம் | கூஜ்மி ஜ்வனைஜ்ஜி ப-ஷ்ம் ஸஜ்ஜர நஸ்ர வொஜ்ர ஷ்ட்ரவ
ஜ்வு-ர் ॥ ॥ ॥ ॥

(இ-ன்) மற்றபடியுள்ள சுடலைக்க (பருப்பு ஆன்னம் வொட் டிமுதலிய) னைகளும், நெய்முதலியனையில்லாதனைகளும், ஆ திகஉப்புள்ளதும், புளிப்புத்திராவியங்களோடு கூடியதும்நீர்க் ஆன்னமும், (விதிக்கப்பட்டவற்றிற்கல்லியமாகியசோனம் வரகு முதலிய) தானியங்களும், உறைப்புள்ளது (மிகாரமுள்ள மிள காய் முதலியது) மாகிய இனைகள் தள்ளத்தக்கனவாம். எ-று.

---

* "யோகவிக்கினத்தைச் செய்யும் ஆகாரங்களாகிய உப்பு, கடுகு, புளி, உவ்ணமானது, நெய்முதலியவில்லாதது, உறைப்புள்ளது, காய் கீரையாதிகள், பெருங்காய முதலியன வெனுமிவற்றை யோகாப்பியாசி விலக்கவேண்டும். பிராதஸ்நானம் உபவாசமுதலிய காயக்கிலேச வி யகாரங்களையும் விலக்கவேண்டும்" என்று யோகதந்துவோபநிஷத்திலும் கூறியிருக்கின்றது.

அதிக உப்புள்ளது என்றதனால் உப்பு எதிலதிகமாயிருக்கின்றதோ அது; அல்லது உப்பைபதிகரித்த எவகூரமுதலியனவாம். இதில் உப்பு முற்றிலும் தள்ளத்தக்கதாயிப்பதால், இரண்டாம்பகூதம் நன்று.* (*) அப்படியே நத்தாத்தியேயால் "கூயிவஜுஞாநிவகூஞாதி யொமவிவூ கூஸாணிஇ | ஔணஃஸஷுஷஃஔஃஇ ஃஹ்ஃதீகூஃஔஸ்ஃகூஃ | ஃ கூதீவஹொஜஃஃகஞாஜுஞி ஃதிநிஉ்ஃதிஹாஷணிழ்॥ இனியோகவிக்கினத்தைச்செய்வனவாகிய தள்ளத்தக்கனவைகளைச்சொல்லுகின்றேன். அதாவது உப்பு, கடுகு, புளி, மிகுந்த உறைப்பு, நெய்யில்லாதனவைகள், அதிகபோஜனம், அதிகநித்திரை, அதிகபேச்சு என்பனவைகள் தள்ளத்தக்கனவாம்" என்றும், ஸ்கந்தபுராணத்தில் "தஞுஜெதூடஉ்ஔவணஃ கூஸீஸஹொஜீஸஷாஹவெஸ்॥ கசப்புப்புளிப்புஉப்பு என்பவற்றைவிட்டு, எப்போதும் பால் போஜனமுடையவனுகவேண்டும்" என்றும்சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. புளிப்புத்திரவியத்தோடு கூடியதும் தள்ளத்தக்கதாமெனின் புளியைப்பற்றிக் கேட்பானேன். இங்கே மூன்றுவதுபாதத்தை (அடியை) "வூஞஞஃவாதிஞவிஜ்ஞஃ (மாமிசமல்லது பிண்ணாக்கு) என்னும்பாடமாகச் சிலர்கூறுவர். வர்ஜியமென்பதற்குத்துஷ்டமென்னும்பாடத்தைத்கொள்ளும்பகூதத்தில் ஊசியன்னமுதலியனவைகள் அபத்தியமென்றுசேர்க்கவேண்டும்.

(அ-ன) இப்படியே யோகிகளாலெப்போதும் தள்ளத்தக்கவற்றைக்கூறி, இனிப்பப்பியாசகாலத்தில் தள்ளத்தக்கனவைகளையும், அதில் பிரமாணமாயுள்ள கோரக்கநாதருடைய வசனத்தையும் கூறுகின்றார்.

வஷ்ஹிஷ்ஹீவயிவிஸவநோஉளஜுநோவஸ்ஸ॥ த

---

* அதிகஉப்புள்ளது என்றமையால் அவசியமானுற் சிறிது உப்புஞ் சேர்த்துக்கொள்ளலாமென்பது சிலர் கொள்கை.

யாஹிமாரகூவசநம் ॥ ''வஜுயெஉ-ஜ்ருவ்ரஞ்ஞம்
வஹ்நிஃஷ்டீயிவிஷவநம் ।ப்ரதஃஸ்நோதிநாவவாஹ்யாஹி
காபக்ஷுஷியிம்தயா ॥ ॥ கூக ॥

(இ-ள்) நெருப்புக்காய்தல், பெண்ணைக்கூடுதல், தீர்த்தயாத்திரை போதலாதிவழிநடப்புமுதலியவற்றின் நீக்கத்தை ஆறியில் (அப்பியாசகாலத்தில்) ஆசரிக்கவேண்டும். அதாவது இவற்றை நீக்கிவைக்கவேண்டும். அப்படியே கோரக்கர் வாக்கியமுமிருக்கின்றது:— கர்ஜனசகவாசமும், நெருப்புக்காய்தலும், ஸ்திரீ சங்கமும், வழிநடப்பும், [பிரதமாப்பியாசிகளுக்குச் சீத (குளிர்) விகாரத்தை யுண்டுபண்ணுவதாயிருத்தலால்] பிராதக்கால ஸ்நானமும், (பித்தமுதலியவற்றை யுண்டாக்குவதாயிருத்தலால்); உபவாசமுதலியவைகளும், (அதேக சூரியகமஸ்காரஞ் செய்தல் மிகுந்தபாரங்களோச்சுமந்தலென்றும்) காயக்கிலேசத்தைத்தரும் விதி (நிரை) களும் தள்ளத்தக்கனவாம்''. எ-று.

அப்பியாசஞ் சித்திக்குமின் ஒருக்கால் குளிரில் நெருப்புக்காய்தலும், சிரகஸ்தன் ருதுகாலத்தில் தனதுமனைவியோடு கூடுதலும், தீர்த்தயாத்திரையில் வழிநடத்தலும் விதிக்கப்படவில்லை யென்பது, ஆதியிலென்றும் பதத்தால் குறிப்பிக்கப்பட்டது. (கூக)

பத்தியம்.

(அ-கை) இனி யோகிகளுக்குப் பத்தியத்தைக் கூறுகின்றார்.

மிதயஅதிஸாவியவஷ்டாவதி கூவிஸாஹ நாஹ்ம கூரீஸா
ஜ்யுவ்ணுகவநீதவஸி காசியஅநி ! ஸ-ஂஅரிவவிடஜுகவ
ஜாதிகவ-ஂவஸாவா தி-ஂஷ்டாதிஷ்யுதி-ஂஷ்டகூ-ஂவ யதீஷ்டவ
யுஷ்வ ॥ ॥ கூஉ ॥

(இ-ன்) (*) கோதுமை, சாலி (நெல்), யவம் (வாற்கோதுமை), அறுபது நாளிற்பயிராகும் (குருவைமுதலிய) தானியங்களென்னும் மிவற்றின் சோபனமாகிய அன்னம், பால், நெய், சர்க்கரை, வெண்ணெய், கற்கண்டு, தேன், சுக்கு, பேய்ப்புடல், பஞ்சசாகம், பாகிப்பயறு முதலியன, தோஷமில்லாதஜலமென்னுமிவைகளில் இயமத்தையுடையவர்களாகிய யோகீந்திரர்களுக்குப் பத்தியமாம். எ-று.

வகை ஸாகூடீவாகூ-வடூ) வாகூ-வடூ)ஸாகூபை)வகூ ।
ஜீவஜ்ஜீவாலூ-ஜீலூடூ)காகூஷிசீவை தாஷிவை-தநடூவா ॥ ஜீவந்தி (ஜி

(*) "கோதுமை, யரிப்பயறு, நெல் என்பவற்றின் அன்னம் யோகீந்திரனைச் செய்வதாமென்றறிவர்" என்ற யோகதத்துவோபநிஷத்திற் உறப்பட்டிருக்கின்றது. அப்பியாசகாலத்தில் முதலில் பாலும் நெய்யும் புசித்தல் நலம். மிதமாய்ப்பாலும் நெய்யும் சாப்பிடுதலால், மலசுத்தியும் மூலபந்தத்தில் சக்தியும் திருப்தியும் பலமுமுண்டாம். பாலில் நீர் கலந்துகாய்ச்சிக் கற்கண்டுசேர்த்துப் பக்குவமாயும் மிதமாயும் கொள்ளவேண்டும். தனிப்பால் கொள்ளலாகாது. அப்படிக்கில்லையாயின், கற்கண்டு சேர்க்காமல் பாலுமாத்திரம் காய்ச்சிச் சாப்பிடலாம். பசுநெய்யாலாகிய அவிசன்னத்தைச் சாப்பிட்டுக்கொண்டு, எப்போதும் அப்பியாசத்தைச் செய்யவேண்டும். இப்படி உண்மையாய்ச் செய்துவந்தால், எட்டாவது நாளில் மலசுத்தியுண்டாம். பாலும் நெய்யுமகப்படாதபோது, அரிசி பச்சை (பாசி)ப் பயறு முதலியவற்றின் அன்னநிகளைச் சேர்த்துக்கொள்க.

கும்பகவிருத்தியை யனுசரித்து, மெல்ல மெல்ல ஆகாரத்தைக் குறைப்பது உசிதம்; முதலிற் குறைப்பது உசிதமன்று. அப்பியாசத்தில் கும்பகம் விருத்தியாதலால், கும்பகத்தாலுண்டாகிய அக்கினியாற் கிரமமாக ஜெயிக்கப்பட்ட வாயுவின்வேகத்திலுல் அக்கினி ஜெயிக்கப்படுகின்றது. அதனால் எவ்வளவுக்கெவ்வளவு கும்பகம் விருத்தியாகின்றதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு ஆகாரத்தைக் குறைத்தல், சாதகனுக்கு யோகானுசாரமாக அநுகூலமும், ஆரோக்கியம் உற்சாகம் பலம் தேஜசுமுதலியவற்றைத்தருவதுமாகின்றது. ஆகையால் முதலிற் குறைக்கலாகாதென்பது சநாதனசித்தாந்த முதலிய நூல்களின் கருத்து.

யோகியானவன் கிருஷ்ணபக்ஷத்தில் கலகிரமமாக ஆகாரத்தைக்

ந்தில்), சக்கிரவர்த்திக்கீரை, பொன்னாங்காணி, சிறுகீரை, வெள் ளைச்சாரணையென்னும் பஞ்சசாகங்களுஞ் சிரும்பத்தக்கனவும். மற்றெல்லாக்கீரைகளுஞ் சிரும்பத்தக்கனவாகா" என்றவைத்தி யசாஸ்திரத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பாஷிப்பயறு முதியவென்பதிலுள்ள முதலியவெனுஞ் சொல்லால் அவரையுங் கொள்ளப்படும். (சுஉ)

போஜனநியமம்.

(அ-ரை) இனி யோகிகளின் போஜனநியமத்தைக் கூறுகின்றார்.

வடிரஸ்யஸ்யாஸ்ஸ்ஸ்

னவும் (நெய்யோடுகூடினவும்), பசும்பால் முதலியவற்றோடு கூடியனவும், (லட்டுமுதலிய) மனதிற்குப் பிரியமுள்ளனவைகளு ம், தாதுவைப்போஷிப்பனவும், யொக்கியமானவைகளுமாயிருக் கும் போஜனமே யோகிகள் புசிக்கவேண்டியதாம். எ-று.

மனதிற்குப் பிரியமுள்ளனவும் புஷ்டியைத்தருவனவுமாயி ருப்பனவைகளிலும் அபத்தியமானவை சாப்பிடத்தக்கனவைகளன் றென்பார், யோக்கியமானவைகளு மென்றார். சத்துமா (பொ ரிமா) முதலியவற்றால் நிர்வாகம் செய்யலாகாதென்பது தாற்ப ரியம். (கூ)

(அ-ம) யோகாப்பியாசிகளுக்கு வயதின்விசேஷம், ஆ சோக்கியமுதலியவற்றின் அபேக்ஷை இல்லையெனக் கூறுகின் றார்.

யஂவாவு ஜொஃதிவு ஜொவா வுராயிகாஃஂபை ஃ
ஜொஃபிவா | ஈஹுராஸாஃஹுஜிஃசொஃதி ஸவஃயொஃஜ
ஃவதஂஜி கஃ ॥ ॥ கூ ॥

(இ-ள்) தருணனையினும், விருத்தனையினும், அதிவிருத் தனையினும், வியாதியுடையவனையினும், தர்ப்பலமுடையவனையி னும், ஆவன் சர்வயோகங்களிலும் (யோகாங்கங்களிலும்) சோ ம்பலில்லாதவனைப் அப்பியசித்தலால், சித்தியை (சமாதியையு மதன் பலத்தையும்) அடைகிறன்.

ஜீவனத்திற்குச் சாதனமாகிய உழவுவியாபாரமுதலியவற் றில் ஜீவனமென்னுஞ்சொல் பிரயோகிக்கப்படுவதுபோல, சோ கவாவது அல்லது பரம்பரையாகவாவது யோகத்திற்குச் சாத னங்களாகிய யோகாங்கங்களில் யோகமென்னுஞ்சொல் பிரயோ கிக்கப்படுகின்றது. (கூ)

(அ-கை) அப்பியாசத்திலேயே சித்தியுண்டாகிறதென்று திடமாகக்கூறுகின்றார்.

கியாய-க்கலயுவஸிஜீ: ஸ்யாத்கியாலயயோமஹவல் ॥
॥ சூசூ, ம ।

(இ-ள்) யோகாநுஷ்டானமாகிய கிரியையுடையவனுக்கு யோகசித்தியுண்டாகுமன்றி, அவ்வநுஷ்டானமில்லாதவனுக்கு எப்படியுண்டாகும். (ஒருவிதத்தாலுமுண்டாகாதென்பதனை பொருள்). எ-று. (சூசூ, ஐ)

(அ-கை) யோகசாஸ்திரத்தைப் படித்தல்மாத்திரத்தால் யோகசித்தியுண்டாகாதென்று கூறுகின்றார்.

நஶாஸ்த்ரவாசிதாத்ரணயொமவஸிஜ்யதெஜ்ஞாயதெ ॥சூஎ॥
நவெஷ்டியாரணஸ்வஸிதஜ்காரணஸ்தவதத்தயா ॥சூஎ, ஐ॥

(இ-ள்) (*) 'யோகசாஸ்திரத்தைப் படித்தல்மாத்திரத்தால் யோகசித்தியுண்டாகிறதில்லை.

(*) அப்பியாசமில்லாதவனுக்கு வீண்வார்த்தைகளாற் சித்தியுண்டாகாதாகையால் சகலபிரயத்தினத்தி (முயற்சியி)னும் எப்போதும், யோகத்தையே அப்பியசிக்கவேண்டும்" என்று யோகதந்துவோபநிஷத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அப்படியே "சாஸ்திரத்தைப்படித்தல் மாத்திரத்திலுற்சித்தியுண்டாகாது. மொட்டையன், தண்டதாரி, காஷாயவஸ்திரந்தரித்தவன், நாராயணாவதானன், ஜடைமுடித்தவன், விபூதியணிந்தவன், பஞ்சாக்ஷரமுதலியவற்றையுச்சரிப்பவன், பாதியபூணூலுள்ளவன், தூவாதசபுண்டரமுடையவன், அகம்துளசிகண்டமுதலியவற்றின் மாலைகளால் அலங்கரிக்கப்பட்டவனென்னும் இந்நிலையையுடையோர் (அப்பியாசமில்)லாத வாக்குச்சூரர்கள், எப்படிச் சித்திபெயயனடைவார்கள்" என்று தத்தாத்திரேயராலும், "எகதண்டதிரிதண்டதிகளாலும், ஜடை, பஸ்மம் (விபூதி) முதலியவற்றாலும், மொட்டையடித்துக்கொள்ளுதல், நிருவாணமாய்த்திரிதல், காஷாயந்தரித்தல், கந்தையுடுத்தல், உன்மத்தமாய்த்திரிதல் முதலியவற்றாலும் சித்தியுண்டாகாது. நிரந்தரஅப்பியாசத்தாலுண்டாகும்" என்று வாமதேவமகேசுவரம் வாதமாகிய யோகாப்பியாசத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

காஷாயவஸ்திரமுதலிய வேஷம் தரித்தலும், யோகத்தைப் பேசுதலும் யோகசித்திக்குக் காரணமாகா. என்று. (சூருஅ)

(அ-ரை) மற்றெதுதான் சித்திக்குக்காரணமெனக் கூறுகின்றார்.

தீ வெவ காரணாவிவேஷ: வாதுவேதவாயா: ॥ சுஉ ॥

(இ-ள்) அப்பியாசமாகிய கிரியையே சித்திக்குக் காரணம். இது சத்தியம். இதிற்சமுசயமில்லை. என்று. (சூசு)

(அ-ரை) யோகாங்காறஷ்டாங்கத்தின் அவதி (எல்லை) யைக் கூறுகின்றார்.

வீராதிஷ்டாஹகாஷ்டீதரா தீவ்யாதிகாரணாதீவ । வ
டாணாயுவிஹாராஹ்யாவொராஜயோகமஹாயாவயி॥சுஎ॥

(இ-ள்) ஆசனங்களும், சூரியபேதமுதலிய அநேகவித கும்பகங்களும், மஹாமுத்திரைமுதலிய மேன்மையான காரணங்களும், ஹடசித்தியில் மிகுந்த உபகாரமுள்ளனவாம். இவையாவும் ராஜயோக பலம்வரையிலும் செய்யத்தக்கனவாம். என்று. (சூஎ)

முதல் உபதேசம்

முற்றப்பெற்றது.

இரண்டாம் உபதேசம்.

———:*:———

(அ-கை) இனி (ஆசனம் உபதேசித்தபின்) பிராணயாமங்களைச் சொல்ல ஆரம்பிக்கின்றார்.

கயாஸுதந்ரவிபரீதகரணீ தத்தகாயநம: । ம-
ஸமவபிஷுசாதமுணவ ராணயாசாரஸ்ஸஹ்யவிஸ்ஸ ॥க॥

(இ-ள்) இனி * ஆசனம் திடமாகிய காலத்து, யோகியானவன் இந்திரிய ஜயமுள்ளவனையும், இதமும் (பத்தியமும்) மிதமுமாகிய ஆகாரமுடையவனையும் குருவினாலுபதேசிக்கப்பட்ட வழியாய், இனிச்சொல்லப்படும் பிராணயாமத்தைச் செய்வையாய் (உற்சாகம் சாகசம் முதலியவற்றோடு) அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று.

† கய (இனி) என்பது மங்கலத்தின் பொருட்டாம். திடமென்பதற்குக் குக்குடாஸனாதியனைகள் நிஷ்பன்னமாகிய இத்தாசனாதியவற்றில் என்றும் பொருளாகும். (க)

(அ-கை) "வபொஜநதிநஷ்டஸ்ய நதிவ்யாவிபவகர
தெ ॥ பிரயோசனத்தை யுத்தேசிக்காமல், மற்றும் பிரவர்த்தி

---

* 'ஆசன அசனங்களின் யோகத்தால் பிராணஸ்பந்தம் (சலனம்) நிரோதி (தடு)க்கப்படுகின்றது' என்னும் சுருதியின் (அன்னபூரணோபநிஷத்தின்) படி மிதாகாரமுதலியன பிராணயாமத்திற்கு இன்றியமையாதனவாமென்பதை வற்புறுத்தும் பொருட்டு அவற்றை அனுவதிக்கின்றார்.

† கய என்பது மங்கலத்தின் பொருட்டாமென்பதற்கு "ஓம் காரஸ்ஸாயஸ்ஸுஸ்ஸுபா வெதளவ்ஹணஸ்பரா । கண்டீகவிக்ர விதியஸ்ஸுதளதஸ்ஸுநாமஸ்மிகாரவாஹளஸ்ஸுங்காரமும் கய-எனுஞ் சொல்லும் முன் பிரமாவின் கழுத்தைப் பேதித்துக்கொண்டு வெளிப்பட்டன. ஆதலால் இரண்டும் மங்கலமுடையனவாம்" என்னும் ஸ்மிருதிபிரமாணம்.

யான்'' எனனும் பெரியோர் வாக்கியத்தின்படி, பிரயோசனமின்றிப் பிரயோகியாதாகையின், பிராணயாமத்தின் பிரயோசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வெளுவாதஸ்யயுக்தம் நிஷ்டுரநிஷ்டுரஸ்யஹவெத் ।
பொதீவாணஸ்யசேஷ்டாவெதி தவகாவாயஸ்யநிரோதயெத் ॥ உ ॥

(இ-ன்) * வாயுவசைந்தால் சித்தமசைவுடையதாகின்றது. வாயுவசையாதிருந்தால் சித்தமும் அசைவில்லாததாகின்றது. வாயுவும் சித்தமும் அசையாதபோது யோகஸ்திரமாகிய நீண்டவாழ்நாளை அல்லது ஈசத்தன்மையை அடைகிறான். ஆகையால் வாயுவை (பிராணனை) நிரோதிக்க (ருப்பிக்க) வேண்டும். என-று. (உ)

(அ-னை) இதுவுமது.

யாவதாயஸ்திதாதெஹெதாவஜ்ஜீவநமுச்யதெ ।
தாணஸ்யநிஷ்டுரகதி ருச்சைராயுஸ்தாவாயஸ்யநிரொயயெ ॥ ஊ ॥

(இ-ள்) தேகத்தில் எவ்வளவு காலம் பிராணவாயு விருக்கின்றதோ, அவ்வளவு காலம் வரையில் ஜீவனம் உலகத்தாரால் சொல்லப்படுகின்றது. (ஜீவனமென்னுஞ் சொல்லிற்குச் சரீரப்பிராணனையோகம் பொருளாயிருத்தலால்) அந்தப் பிராணன் தேகத்தினின்றும் பிரிதல், மரணமெனப்படுகின்றது. ஆகையால் வாயுவை நிரோதிக்க(தடுக்க)வேண்டும். என-று. (ஊ)

(அ-னை) மலசுத்தி ஹடசித்தியை யுண்டாக்குவதாமென்பதை விதிரோகமாக (எதிர்மறையாக)க்கூறுகின்றார்.

(*) "பிராணவாயுவின் அசைவு எதுவோ, அதுவே சித்தத்தினசைவுமாம், ஆகையால் மேலானபுத்திமான்கள் பிராணனது சலனத்தைநிஜயித்தலில் முயற்சிசெய்யவேண்டு" மென்று அன்னபூரணிபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

ஶ்ரீமகாயஸ்ய நாபீவத்ஸ்ய சாரஸ்ய மதவிதபுஷ்டி
கயோஸ்ஸ்ரீமதோ நீலாவஜ்ரகாயஸ்ய ஹஸிதிஷ்டகயோஸ்மிவஸ் ॥ ச ॥

(இ-ள்) காடிகள் மலத்தால் வியாபிக்கப்பட்டிருந்திருக்கால், பிராணன் சுழுமுனைமார்க்கத்திற் செல்வதாகாது. [மலந்தங்கத்தப்பட்டிருந்தால் மாத்திரம் சுழுமுனைமார்க்கத்திற் செல்வதாகும் என்பது பொருள்]. அப்போது உன்மனீபாவம் (உன்மனியின் இருப்பு) எப்படியுண்டாகும் (ஒருவிதத்தாலுமாகாதென்பது பொருள்). கைவல்யவடிவமாகிய காரியத்தின் சித்தி (பேறு) எப்படியுண்டாகும்? (ஒருவிதத்திலுமாகாதென்பது) பொருள்). எ-று. (ச)

(அ-கை). அகுவ்யத்தா (உடன்பாட்டா)லும்மலசுத்தி ஏற்படுத்திக் கேதுவாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ரீமதிதிபதாவலம்ப நாபீவக்ரோதரஸ்ய ! க
மலேவஜாயதெயோகீ ப்ராணஸ்ஸுஷும்ணவர்த்மநி ॥ ஞ ॥

(இ-ள்) எப்போது மலத்தினால் வியாபிக்கப்பட்ட சகல காடிசக்கா (சுழுக்) க்களும் சுத்தியடைகின்றனவோ, அப்போதுதான் யோகாப்பியாசி பிராணனானது சுழுமுனையில் சஞ்சரிக்கின்றான். எ-று. (ஞ).

(அ-கை) மலசுத்தி யெப்படியுண்டாகிறதென்று கேட்டிருமிடத்து, அதைச் சொல்லுகிறோம் (சுத்தப்படுத்தும்) பிராணாயாமத்தைக் கூறுகின்றார்.

ப்ராணாயாமோ கதபூரகரேசகயோ யோஷ்டிகயாயி
யா ! யயாஸ்ய ஷட்ஜாதாவீஷ்டாதிஷ்டா ஸ்ரீவையாஸி
வ ॥ ॥ ஃ ॥

(இ-ள) (எதனால் மலசுத்தியின்றிப் பிராணனானது சுழுமுனையிற் சஞ்சரிக்கவில்லையோ) அதனால் (ஈசுவரப்பிரணிதானம், உற்சாகம், சாகசமுதலியவற்றால் விசேஷமும் ஆனிய

முதலிய ராஜசதாமத தர்மங்கள் நீங்கிய) சாத்துவீகமாகிய (பி ரகாசப் பிரசாதசீலமுடைய) புத்தியினால் சுழுமுனைநாடியிலுள் ள மலங்கள் சுத்தியாகும் (கெடும்) படியாகத் தினமும் பிராணா யாமம் செய்யவேண்டும். எ-று. (சு).

நாடிசுத்தி.

(அ-கை) மலத்தைச் சோதிக்கும் பிராணாயாமத்தின் றன் மையை இரண்டு சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

வடவஹ்நிஸமந்விதம் ப்ரணவமந்த்ரணவஸ்ரு தம்
யஸ்யாஸ்தி கும்பகஸ்யாஸ்ய ஸம்பஜ்ஜனயேத்ரவி

வியாப்தியில்லை; அவற்றிற்கு இலக்ஷியத்துவமில்லாமையால் (எ)

(அ-கை) இதுவுமது.

தூரணஸுமெபுணவாகூஷ்ய பௌரெடீரம்
ஸமெநஃ। வியிவக்ஷாஸுகாகூகுவ பாநஃஸஹிதூண
மெசவெபஸ॥ ॥ அ ॥

(இ-ள்) சூரிய காடியாகிய பிங்கலையால் பிராணவாயுவை, மெல்லமெல்ல வயிற்றை நிரப்பி, விதிப்படி பத்தூர்வகமாகிய கும்பகம் செய்து, மறுபடியும் சந்திர காடியாகிய இடைகலையால் இரேசிக்கவேண்டும். எ-று. (அ)

(அ-கை) முற்கூறிய பிராணயாமத்தில் விசேஷத்தைக் கூறுகின்றார்.

யெநகுஜெத்தநவீகுவ யாரெடிகிரெய
கஃ। ரெஸெயெஷுகதாடிதுந ஸமெநரெஸுநவெ
மகஃ॥ ॥ க ॥

(இ-ள்) சந்திரனில்லது சூரியனென்னும் எந்த காடியால் இரேசிக்கிறானே, அதிலேயே பூரித்து, மிகுந்த நிரோதத்தால் (வேர்வை நடுக்க முதலியனவையுண்டாகும் வரையில்) கும்பித்து, (எதிலேற் பூரகம் செய்யப்பட்டதோ) அதற்கந்தியமாகிய காடியால் வேகமில்லாமல் மெல்ல இரேசிக்கவேண்டும். எ-று

வேகமாய் இரேசித்தால் பலக்குறைவுண்டாம். எதனேற் பூரகம் செய்யப்பட்டதோ, அதனால் இரேசகம் செய்யலாகாது;

ணம் அவ்விலக்கியத்தின் வகதேசத்தில் இல்லாதிருத்தல்; அது ஆகயிலதிற முள்ளதெனல்.

(கூ). அசம்பவம்: — கூறிய இலக்கணம் அவ்விலக்கிய முழுவதிலு மில்லாதிருப்பது; அது ஆ ஒற்றைக்குளம்புடையதெனல்.

இம்மூன்று குற்றங்களுமில்லாத தர்மமே, சிறப்பிலக்கணமாம்.

எதனால் இசேசகம் செய்யப்பட்டதோ, அதனாலேயே பூரகம் செய்யவேண்டுமென்பது தாற்பரியம். (கூ)

(அ-ரை) "வைவஸ்வதஸ்ய நஃ ! பதுமாசனம் சேர்த்துக் கொண்டிருக்கும் யோகி" யென்பவற்றுற் சொல்லப்பட்ட அர்த்தத்தை ஒன்றுய்த்திரட்டி அதனைக் (எதிர்மச்சொல்லு)கின்றவராய்ப், பிராணயாமத்தின் * அவாந்தரபலத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஶ்ராணம்ஏகனிஶபாவிஸைஹ்நிபீடகும் ஹகியாக்நு
யாஸ்ரயவிப க்ரீக்ஷாவிம்மஶபாஸுரீஸணிகியா வைஶா
கரஜஸாகிபா । ஸுபபூஸுஜ்ஜிஸொராஸெநதலிபிநா
ஹ்யாஸுஹஸுஸுரோகுநகாம் ஸுஸுரோநாயிஹணாஸுஸுஜ்யபி
நாம்ராஸுத்யாஜுஸுவுகுஜ் ॥ கூ ॥

(இ-ள்) இடைகலையால் பிராணனைப் பூரிக்கின், கும்பிக்கப்பட்ட பிராணனைப் பின் மற்றக் (பிங்) கலையால் இரேசிக்கவேண்டும். பிங்கலையால் வாயுவைப் பூரித்து, அதன் பின் கும்பித்து இடைகலையால் இரேசிக்கவேண்டும். இவ்வண்ணம் (சந்திரனால் பூரித்துக் கும்பித்துச் சூரியனால் இரேசிக்கவேண்டும், சூரியனால் பூரித்துக்கும்பித்துச்சந்திரனால் இரேசிக்கவேண்டும் என்னும் வழிவினதாக) சூரியசந்திரநாடிகளின் அப்பியாசத்தைத் தினமும் விஸ்தரிக்கவேண்டும். இதனால் இயமமுடையவர்களுக்கு நாடிகள் மூன்று மாசத்திற்குமேல் சுத்தமாகின்றன. எ-று. (கூ)

(அ-ரை) இனிப் பிராணயாமாப்பியாச காலத்தையும், அதன் அவதி (எல்லை)யையும் கூறுகின்றார்.

(*) எதின் வாயிலாக முக்கியப் பிரயோஜனம் அடையப்படுகின்றதோ, அது அவாந்தரப்பிரயோஜனம்.

ஏததி3யஂஜிஹ்நஸாய ஶிப்ரமாதி3த்ய ஸ்நாஹ்யாத3 ।
ஸமிதா4ஸஂஸீத3ேயுஃ ஸதா3ரஸ்ஸஸுதாஸ்ஸஹ ॥ ௪௪ ॥

(இ-ள்) அருணோதயமுதல் சூரியனுதித்து மூன்று நாழிகையளவினதாகிய) பிராதக்காலத்திலும், (ஐக்கியமாகப் பிரிக்கப்பட்ட பகலின் மத்தியபாகமாகிய) மத்தியானத்திலும், (அஸ்தமிக்கிறதற்கு மூன்றும் பின்னுமாகிய மூன்று நாழிகையளவுள்ள) சாயங்காலத்திலும், (இரண்டு முகூர்த்த அளவினதாகிய) அர்த்தராத்திரியிலுமாக (*) நான்கு முறை எண்பது பிராணயாமம் வரையிலும் மெல்லமெல்ல கன்று யப்பியசிக்கவேண்டும். என்று.

நான்கு காலங்களிலும், ஒரு காலத்துக்கு எண்பது பிராணயாமமாகச் செய்யவேண்டும். அர்த்தராத்திரியில் செய்யச் சக்தியில்லையாயின், மூன்று காலம் செய்யவேண்டுமென்பது சம்பிரதாயம். நான்கு முறை செய்வதனால் தினந்தோறும் முந்நூற்றிருபது பிராணயாமமாகின்றது. மூன்று முறை செய்தால் இருநூற்றைநாற்பது பிராணயாமமாகின்றது. இங்கே ஒரு முகூர்த்தம் இரண்டு நாழிகையளவுள்ள காலம். (கக)

(அ-ரை) கனிஷ்டம், மத்திமம், உத்தமமென்னும் பிராணயாமங்களின் விபரமாக விசேஷித்தலைக் கிரமமாகக் கூறுகின்றார்.

கநீயஸி ஹவிஷ்கு3ர்யாத்3 த்3விகு3ணம் வைஷ்ணவம் ததி2 ।
ஸ்ரீஸூக்தஸ்ய ஜபேத்தத்ர ஸாவித்ர்யாஶ்சாபி3யேவ ஹி ॥ ௪௫ ॥

(*) புருஷனின் காலையில் சூ-ம், மத்தியானத்தில் சி-ம், சாயங்காலத்தில் உ-ம், அர்த்தராத்திரியில் உ-மாகப் பிராணயாமஞ் செய்யவென்று மென்பது யோகசந்திரிகை.

(இ-ள்) * கனிஷ்டப்பிராணயாமத்தில் வியர்வையுண்டாம். மத்திமப்பிராணயாமத்தில் நடுக்கமுண்டாம். உத்தமப்பிராணயாமத்தில் பிரமரந்திரஸ்தானத்தை யடைகின்றது. ஆகையால் வாயுவைப் பந்திக்கவேண்டும். எ-று.

கனிஷ்டம் வியர்வையிலும், மத்திமம் நடுக்கத்திலும், உத்தமம் ஸ்தானப்பிராப்தியிலும் அநுமானிக்கத்தக்கனவாம். கனிஷ்டமுதலியவற்றின் லக்ஷணம், இலிங்கபுராணத்தில் "வராஹயாமஸ்யாதநம தத்ரசரீரஸ்யாகம்பஸ்ய । நீரோதரஸ்யாதத்ரஸ்ய வக்ஷ்யதிவ்யாகரணரிதஃ ॥ மத்யமஸ்ய பிராணஸ்யாதஸ்ய விஷ்ணுதைவதஃ । மத்யவயஸ்யாதத்ரஸ்ய விஷ்ணுதைவதஃ ! வ்ரவ்ருத்தகம்பவைவர்ணதாதநஜநகஸ்யாகம்ய । க்ரமரோதஜாயவைதவாத நிர்ஜராயஸ்தஸ்ய வைவஸ்வதஃ ரோமரோமஜோயநிலஸ்யவிஜ்ரும்பணகஸ்யவைநஃ ஸ்ரஸ்ரவ்ருத்தஜலஸ்யாதஸ்யவிஷ்ணுஹரஸ்யைதஸ்யா ॥ தரோத்தஜிதிவ்ராக்ஷஃபுராணாயாமஸ்ய ஸ்ரோஹநஃ" (¶) பிராணயா

(*) "மந்தப்பிராணயாமம் வரில்வேர்வுதோன்று மத்திமமா; மந்தப்பிராணயாமம் வரில்லையுமேனி யதன்பின்னே சிந்தை மகிழ; வுத்தமமாம் பிராணயாமஞ் சேர்ந்திடிலோ விந்து நிலத்தினின்றுமெழுந்திடுமாலியாக்ஷை யியம்பிடினே" என்பதிலிங்கபுராணம். "முதலில் வியர்வையும், இரண்டாவது நடுக்கமும், மூன்றுவது தவளைத்தத்தும். அதிக அப்பியாசத்தால் பதுமாசனத்திலிருக்கினும் பூமியினின்று ஆகாயத்திற் கிளம்புதலு முண்டாகு"மென்று சிவசங்கிதையிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(¶). இப்படியே பிராணயாமத்தின் அளவு:—

"எறுதல் பூரக மீரெட்டு வாமத்தா
லாறுதல் கும்பக மறுபத்தி நாலதி
லூறுதல் மூப்பத்திரண்டிரேசக
மாறுதலொன்றின் கண்வஞ்சகமாமே" என்று

திருமந்திரத்திலும், "இரேசகபூரககும்பக பேதத்தால் மூன்றுவிதமாய்

மத்தின் அளவு பன்னிரண்டு மாத்திரையாம். தாழ்வாகிய பன்னிரண்டு மாத்திரையோ ஒரு முறை உத்காத மெனப்படுகின்றது. மத்திமமோ இருபத்தாறான்கு மாத்திரையுள்ள இரண்டு உத்காத மெனப்படுகின்றது. மூன்றாமானதோ முப்பத்தாறு

மூன்றுவருணவடிவமாயிருத்தலால், பிரணவமே பிராணயாமமெனப்படும். பதுமாசனத்திலிருக்கும் புருஷன், நாசிநூனியில் சந்திரபிம்பப்பிரகாசங்களால் விரிந்த அகாரமூர்த்தியானது இரக்தாங்கமுடையதும், ஓம்ஸ (அன்ன) வாகினியும், தண்டத்தைக் கரத்திலுடையதும், வாலயுமாகிய காயத்திரியாகின்றது; உகாரமூர்த்தியானது வெண்ணிற அங்கமுடையதும், கருடவாகினியும், யௌவனமுள்ளதும், சக்கரத்தைக் கையிலுடையதுமாகிய சாவித்திரியாகின்றது; மகாரமூர்த்தியானது கருமையாகிய அங்கமுடையதும், இடபவாகினியும், வயதுசென்றதும் சூலத்தைத் தரித்துள்ளதுமாகிய சரஸ்வதியாகின்றது; அகாராதிமூன்றிற்குங் காரணம் பரஞ்சோதியாகிய ஏகாக்ஷரப்பிரணவமாகின்றது என்று தியானிக்கவேண்டும். இடையினல் வெளிவாயுவை-சசு-மாத்திரையளவு பூரித்து அகாரத்தைச் சிந்தித்தும், பூரித்தவாயுவை சுஉ மாத்திரையளவு கும்பித்து உகாரத்தைத் தியானித்தும், பூரித்தவாயுவைப் பிங்கலையால்-கூஉ-மாத்திரையளவு இரேசித்து மகாரமூர்த்தியைத தியானிக்கவேண்டும். இப்படியே கிரமமாக அடிக்கடி பூரிக்கவேண்டும்' என்று சாண்டில்யோபநிஷத்திலும், "பிரமாவே இடையினல் வாயுவைப் பன்னிரண்டு மாத்திரையளவு பூரித்துப் பிங்கலையால் வாயுவை மூப்பத்திரண்டு மாத்திரையளவு கும்பமாய் இரேசிக்கவேண்டும். இப்படியே அடிக்கடி செய்யவேண்டு" மென்று தைரிசிகியுபநிஷத்திலும், வாயுதாரணை வாசிஷ்ட முதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே பூரகத்தைவிட இரேசகத்திற்கு மாத்திரை யதிகமாய்ச் சொன்னது, இரேசகத்தையவ்வளவு மெதுவாகச் செய்யவேண்டுமென்பதைமுன்னிட்டாம். அன்றியும், "பூரகம் பன்னிரண்டு ஓங்காரமாகவும், கும்பகம் பதினாறு ஓங்காரமாகவும், இரேசகம் பத்து ஓங்காரமாகவுஞ் செய்யவேண்டும். அது பிராணயாமமெனப்படும்" மென்று யாக்ஞவல்கியுபநிஷத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிரமவிஷ்ணுருத்திரர்கள் முறையே பூரககும்பகரேசகங்களுக்குத் தேவதைகளாவார்களென்பது தியானபிந்துபநிஷத்து. முற்கூறிய பிரணவாதிகளின் உச்சாரணத்தோடு செய்யும் பிராணயாமம் சகரிப்பமென்றும் அந்தின்றிய பிராணயாமம் அகர்ப்பமென்றும் சொல்லப்படும். அதை "தெரித்தமறைமந்திர மோதிச்செய்யும் பிராணயாமத்தைக்; கருப்பப்பிரா

டாத்திரையுள்ளமூன்று உத்காத மெனப்படுகின்றது. இவை கிரமமாக வியர்வை, நடுக்கம், எழும்புதல் என்பவற்றை யுண்டாக்குவனவாம். அப்படியே இதில் ஆரம்பம், நிச்சயம், காமம்(நிச்சயத்தின் அளவு) என்பனவுமுண்டாகின்றன. மயிர்க்கூச்

ணபாம மெனக்கற்றல் செய்வார்களின்றி; யுரைத்ததனி மந்திரமுள்ளத்துணராதி யற்றுகின்றதனை; விரித்தார் கருப்பமிலதாய பிராணியாமமென மிக்கோர்" என்னும் சிவரகசியபுராணவாக்கிய முதலியவற்றுற் காண்க. வியாகிருதிபிரணவங்களுடன் காயத்திரியைச் சிரசோடு மூன்றுமுறை செபித்தல், குருகஸ்தனது பிராணயாமகாலவளவாம். இப்பிராணயாமம் குருகஸ்தர்களுக்குப் பாபசுத்தியின் பொருட்டும், யோகிகளுக்கு யோகசித்தியின் பொருட்டுமாம். "ஆனால் குருகஸ்தனும் சங்கத்தைவிட்டு எகாந்தத்திலிருந்து அப்பியாசம் செய்யவேண்டும். அதன்பின் வியவகாரத்தின்பொருட்டு வெளியே சங்கத்திற் பிரியமுடையவன்போல வியவகரிக்கவேண்டும். கர்மத்திலுல் உண்டானவைகள் யாவும் தத்தம் கருமத்தின்படி யிருக்கின்றன. நிமித்தமாத்திரமாக இவற்றைச் செய்வதில் ஒருக்காலும் தோஷமில்லை யென்று நிச்சயித்து, நல்ல விவேகத்திலுல் இந்த யோகத்தை ஆசிரயிப்பானையின், குருகஸ்தனும் சித்தியை யடைகிறன். இதிற் சமுசயமில்லை. எவன் புண்ணிய பாவங்களினின்று விடுபட்டவனும் தேகாபிமானத்தை விட்டவனு மாகின்றானே, அந்தக் குருகஸ்தன் எப்போதும் வீட்டிலிருந்து கொண்டே விமுக்தனாகின்றான். எப்போதும் யோகத்தோடுகூடியயோகியானவன் லோகசங்கிரக (லோகபரிபாலன) மாகிய தனது காரியத்தில் புண்ணியபாவங்களைச் செய்யினும், அப்புண்ணியபாவங்களாற் பற்றப்படான். கிடைத்ததிற் சந்தோஷமுடையவனையும், உள்ளே கொஞ்சமும் பற்றில்லாதவனையும் (காலவரம்பு, இடவரம்பு, கடைவரம்பு, கர்மவரம்பென்னும்) சகலவரட்புகளு முள்ளவனையும் யோகசாதனத்திற் பொருந்தியிருக்கவேண்டும். யோகக்கிரியையோடு கூடியகுருகஸ்தர்களுக்கு ஈசுவரனது (ஈசுரவாச்சியமாகிய பிரணவத்தினது) ஜபத்தால் சித்தியுண்டாகுமாகவின், குருகஸ்தன் அதைச் செவ்வையாய் அப்பியசிக்கவேண்டும். குருகஸ்தன் புத்திரதாராதிகளால் நிரம்பியவனுய் வீட்டிலிருந்துகொண்டு, உள்ளே பற்றில்லாமல் யோகமார்க்கத்தில் தன்னிடத்துச் சித்தியின் அடையாளங்களைக் கண்டு, பிறகு அவன் எனது ஆஞ்ஞையைச் சாதித்துக் கிரீடிப்பன்" என்னும் சிவசங்கிதையின் வாக்கியத்தால் குருகஸ்தனுக்கும் சித்தியுண்டாமென்பது சித்திக்கின்றது.

சல், கவனிஞானம், சரீரக்குத்தல், நடுக்கம், இளைப்பு, வியர்வை, பிதற்றுதல் முதலியனவைகளையும், அறிவின் மயக்கத்தையும் எப்போது ஜயிக்கின்றோமோ, அப்போது அந்த நல்ல சோபனமாகிய பிராணயாமம் உத்தமமென்று சொல்லப்படுகின்றது" என்று கூறப்பட்டிருக்கின்றது. கோரகுருவும் "கயசிஷ்யஸ்வெதோ கம்பஸிஜாயதே । மத்யமேதிஸ்ரவர்ணாஸ்யாத் । உத்தமேதிஸ்ரவர்ணாஸ்யாத் ப்ராணாயாமஸ்திதோத்தமஃ ॥ பிராணயாமத்தில் அதமம் பன்னிரண்டுமாத்திரையாகவும், மத்திமம் இருபதுமாடங்காகவும், உத்தமம் மூன்றுமாடங்காகவும் விஜ்ஞாத்தமர்களால் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது" என்று கூறியிருக்கின்றார். ப்ராணஸ்தம்பவேளாயாம கலா । ஸ்வேதோ வீர்யஸ்ய தாரணா । மகுபாவோ பவேத்தஸ்ய நிஷ்கம்பத்வம் தத்ஸ்ய லக்ஷணம் ॥ மேலெழுப்பிடும் பிராணனை அபானன் பீடிக்கப்பட்டு எப்போது மேற்சென்று திரும்புகின்றதோ, அது உத்காதலக்ஷணமாம்" என்பது உத்காதலக்ஷணம். யாஞ்ஞவல்கியர் "கம்பஸ்தாம்பஸ்தமிதோக்ஷம் தி ஸ்திரோ நாஸிகாக்ரே । காலத்ரயவிதாஜ்ஞோ மாத்ராவம்ஜ்ஞோவ உக்தஃ ॥ மூன்று கைக்கொடியை (பெருவிரலை கடிவிரலோடு சேர்த்து மூன்றுதாஞ்சுண்டுதலை) யும், முழங்காலை மூன்றுதரம் துடைத்தலையும், மூன்றுதாளத்தையும் மாத்திரையென்று பிரான்ஞர்(பிரக்ஞ அறிவுடையோர்) கூறுகின்றனர்" என்று மாத்திரையைக் கூறுகின்றார். ஸ்கந்தபுராணத்தில் "வாகுஸ்வாஸவடிவமாகிய மாத்திரை பிராணயாமமெனப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இது யோகசிந்தாமணியில் நித்திரைசெய்யும் புருஷனைக் குஎவ்வளவு காலம் ஒரு சுவாசம் போய்த் திரும்புகின்றதோதா, அவ்வளவு காலம் பிராணயாமமாத்திரையெனப்படுமென்று வியாக்கியானம் செய்யப்பட்டிருக்கின்றது. பன்னிரண்டுசுவாசஅளவுள்ளகாலம் பிராணயாமகாலமாம். ஆறுசுவாசங்களால் ஒரு

பலமாகின்றது. ஆகையால் அரைச்சுவாசத்தோடு இரண்டு பல அளவுள்ள காலம் பிராணாயாமகாலமென்பது சித்திக்கின்றது. பன்னிரண்டாவது மாத்திரையுள்ள பிராணாயாமமே உத்தமப்பிராணாயாமமெனப்படும். முன்உதாகரிக்கப்பட்ட இலிங்கபுராணத்திற்கும் கோரக்கர் வாக்கியத்திற்கும் விரோதமில்லை. அங்கேபன்னிரண்டாவது மாத்திரையுள்ள பிராணாயாமம் அதமமென்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றதென்றுசங்கிக்கலாகாது. "ஜாநுஒபரிகுல்பாப்⁻தம்நவிஜானீதே | ஏதத்ஸ்ரோத்ரோபிகாயாவத்தாவந்நாதிதிர்பவேத் || முழங்காலை விரைவும் தாமதமும் பில்லாமல் சுற்றி தொடுதல் எவ்வளவோ, அவ்வளவு மாத்திரையெனப்படுகின்றது" என்றும், "சுஷ்கஸ்தம்பஸ்யலிகோகூடம் யதாதாஸ்ரூயதேஸ்ரோத்ரம் | ஏதத்ஸ்ரோத்ரோபிகாயாவத்தாவந்நாதிதிர்பவேத் || கைகொடித்தலும் முழங்காலைத் தடைத்துச் சுண்டுதலும் எவ்வளவோ, அவ்வளவு மாத்திரையெனப்படுகின்றது" என்றும் ஸ்கந்தபுராணத்திருத்தலாலும், "சுஷ்கவ்ரோஹதருஸ்தாவத்யாவதேதத்தரா || அப்போது அங்குஷ்டம் மாத்திரையென்று பெயரிடப்படுகின்றது" என்று தத்தாத்திரேயரது வசனமிருத்தலாலும், இலிங்கபுராணகோரகூர்மாதிகளின் வாக்கியங்களில் ஒரு கொடியளவுகாலம் மாத்திரையாகக் கருதப்பட்டிருத்தலாலும், யாஞ்ஞவல்கியர் முதலியோரது வாக்கியங்களில் மூன்று கொடியளவு காலம் மாத்திரையாகக் கருதப்பட்டிருத்தலாலும், மூன்று மடங்கதிகமுள்ள அதமத்திற்கு உத்தமத்துவம் அங்கும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஆதலால் விரோதமில்லை. சகல யோகாங்கங்களிலும் பிராணாயாமமுக்கியம். அது சித்தித்தால் பிரத்தியாகாரம் முதலியன சித்திக்கும். அது (பிராணாயாமம்) சித்திக்காவிட்டால் பிரத்தியாகார முதலியனைகள் சித்திக்கமாட்டா. ஆகையால் வாஸ்தவமாகப் பிராணாயாமமே பிரத்தியாகாரமுதலிய சப்தங்களாற் சொல்லப்படுகின்றது. அப்படியே யோகசிந்தாமணியில் "பிராணாயாமமே

அப்பியாசக்கிரமத்தால் விருத்தியாகிப் பிரத்தியாகாரதியானதாரணைசமாதியெனுஞ் சொற்களாற் சொல்லப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது ஸ்கந்தபுராணத்தில் "பூரணாயாமவிஷடேந பூரகாக்யாஉதாஹ்ருதஃ । பூரகாக்யாமவிஷடேந யாமாணாவரிகீர்திதா ॥ மவெஷ்ஷ்வரமம்மவெது யுராநம்யாமஷயாமணு । யுராநம் ஷாமஷவெதேந வஷாயிராஷியீபவெத ॥ யதோயளவராம் ஜெயாகிராநஞ்வுவுகாஷகம் । கவுஷிநுஷ்ய வெஷுதி யாகாமணாகாயாகம் நிவகுதெ ॥ பிராணயாமம் பன்னிரண்டால் பிரத்தியாகாரமும், பிரத்தியாகாரம் பன்னிரண்டால் தாரணையும் சொல்லப்படுகின்றது. தாரணைபன்னிரண்டு ஈசுவரச்சேர்க்கையின் பொருட்டு தியானமாகின்றது. தியானம் பன்னிரண்டிலேயே சமாதி சொல்லப்படுகின்றது. சமாதியில் பரஞ்சோதியாகிய அநந்த சுவப்பிரகாசக (பிரம)மிருக்கின்றது. அதைத் தனி சித்தலால் கிரியாகாண்டத்தின் போக்குவாத்து (அலைச்சல்) நீங்குகின்றது", என்றும், அப்படியே "யாராணாவெனுநாஷீகி யகுராகாவுராசுஷவுதி நாயிகாஎ । திநாயாஷாவெகுவுராஷ்ரீ யிஷ்ரவாணவுவாயாசு ॥ பிராணசம்மியமம் (பிராணயாமம்) செய்யின் அது ஐந்து காழிகைகளால் தாரணையும், அறுபது காழிகைகளால் தியானமும், பன்னிரண்டு காட்களினால் சமாதியுமாகின்றது" என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இப்படியே கோரக்கர் முதலியோர்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதி விப்படி விபவஸ்தையிருக்கின்றது:— கொஞ்சங்குறைய நாற்பத்திரண்டு விபல அளவுள்ளது கணிஷ்டப்பிராணயாமகாலமாம். இதுவே ஒரு கொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையாமென்னுங் கருத்தால் பன்னிரண்டு மாத்திரையளவுள்ள காலமாம். கொஞ்சங்குறைய எண்பத்து நான்கு விபல அளவுள்ளது மத்திமப்பிராணயாமகாலமாம். இது ஒரு கொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையென்னுங் கருத்தால் இருபத்து நான்கு மாத்திரை

யளவுள்ள காலமாம். நூற்றிருபத்தைந்து விபல அளவுள்ள து உத்தமப்பிராணயாமகாலமாம். இது ஒரு கொடியளவுள்ள காலம் மாத்திரையென்னுங் கருத்தால முப்பத்தாறு மாத்திரை யளவுள்ள காலமாம். மூன்று கொடியளவுள்ள காலம் மாத்தி ரையென்று கொள்ளுமிடத்து, அது பன்னிரண்டு மாத்திரை ய ளவுள்ளதேயாம். பந்தபூர்வகமாக நூற்றிருபத்தைந்து விபல ம்வரையில் பிராணயாமம் எப்போது ஸ்திரமாகின்றதோ, அப் போது பிராணன் பிரமரந்திரத்தை யடைகின்றது. பிரமரந்திர த்தை யடைந்த பிராணன் இருபத்தைந்து பலம்வரையிலும் எ ப்போது நிற்கின்றதோ, அப்போது தாரணையாம். எப்போது அறுபது நாழிகைவரையில் நிற்கின்றதோ, அப்போது தியா னமாம். எப்போது பன்னிரண்டுநாள்வரையில் நிற்கின்றதோ, அப்போது சமாதியாகின்றது. இப்படி யாவும் இரமணீயமா ம.

(க உ)

(அ-கை) பிராணயாமத்தை அப்பியசிக்கின்றவனுக்கு வியர்வையுண்டாகுங்காலத்தில் விசேஷத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜலெநஸ்ரஜாதெநமாதரேயுநரோவரெசு । ஏஷ
தாரவ-தாவெவதெநமாதரவ்ஜாயதெ ॥ கஈ ॥

(இ-ள்) பிராணயாமாப்பியாசத்தின் சிரமத்தாலுண்டாகி ய வியர்வையினால் சரீரத்தில் (தைலாப்பியங்கனம்போல) தேய் க்கவேண்டும். அதனால் (தேய்த்தலால்) சரீரத்திற்குத் திட த்தன்மையும் இலகுத்தன்மையும் (ஜாட்டியமின்மையும்) உண் டாகின்றது. எ-று.

(கஈ)

(அ-கை) இனி அபபியாசத்திற்கு முன்னும் பின்னும் பால்முதலியவற்றின் நியமங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஈஹ்யாவகாலெவ யமிஶஷ்ஷாகூீராஜ்யலொஜநம் ।
கதாஹ்யாவெஷ்டீஹகதெ நதாஷ்டஜுநியமஸ் ஹ: ॥

(இ-ள்) அப்பியாசகாலத்தின் முதலில் பால்நெய்முதலிய வற்றோடுகூடிய போஜனம் சிலாக்கியமாம். ஆனையால் அப்பியாசம் திடமானகாலத்து அப்படிப்பட்ட நியமம் கொள்ளவேண்டியதில்லை. எ-று.

கேவலகும்பகம் சித்தித்தபோது அப்பியாசம் திடமாகின்றது. (கச)

(அ-கை) சிங்கமுதலியவற்றைப்போல பிராணனை மெல்லவே வசஞ்செய்யவேண்டும். விரைவாய்ச் செய்யலாகாதெனக் கூறுகின்றார்.

யயாவஶிம்ஹோமஜோவாரவ்ரோ ஹவைஶஸ்ஸ
வைநஃஸ்ஸவிநஃ। தவியவவிஷவிஷகாவாயாஸாநுயா
ஹாஸ்ஸிவாயகம்॥ ॥ கஞ ॥

(இ-ள்) சிங்கம்யானைபுலி முதலியனைவைகள் எப்படி மெல்ல மெல்லவசமாக்கப்படுகின்றனவோ, அதுபோல அப்பியசிக்கப்படும் வாயுவும் வசப்படும். அப்படிக்கில்லாமல் விரைவாகக் கொண்டால், அது சிங்கமுதலியவற்றைப்போல அப்பியாசியைக் கொல்லும். எ-று. (கஙி)

(அ-கை) யுக்தாயுக்தங்களின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

பாணாயாமஜிபாஸிக்ஷ ஸவஷ்ஷிரோமகஷவோஹ
வெஸ। கபாஸ்தாஹரோஷவியாவிமநஸவஷ்ஷிரோமஸுத்-ஹ
வஃ॥ ॥ கசு ॥

(இ-ள்) யுக்தமாகிய பிராணாயாமத்தினால் சகலதோஷங்களும் நாசமாகும். அயுக்தமாகிய அப்பியாசத்தையுடைய பிராணாயாமத்தால் சகலதோஷங்களும் முண்டாகும். எ-று.

ஆகாரமுதலியயுக்திபூர்வகமும், ஜலத்தம்முதலிய பத்தமாகிய யுக்தியோடு கூடினதுமாகிய பிராணாயாமம், யுக்தமெனப்படும். (கசு)

(அ-கை) அயுக்தப்பிராணயாமத்தினால் என்னென்ன நோய்களுண்டாகுமென்று கேட்குமிடத்துக் கூறுகின்றார்.

ஹிக்காஶ்வாஸகாஸஶிரோகர்ணாக்ஷிவேதனாஃ।
பவந்தி விவிதாஸ்தோஷாஃ பவநஸ்யாப்யயக்ரமாத் ॥ கஎ ॥

(இ-ள்) விக்கல், சுவாசம், காசம், சிரோவலி, காதுவலி, கண்வலி யென்னும் நானாவிதரோகங்கள் வாயுவின் கோபத்தாலுண்டாகின்றன. எ-று.

நானாவிதரோகங்க ளென்றமையால் சாமுதலியவைகளுங் கொள்ளப்படும். (கஎ)

(அ-கை) வாயுவின் பிரகோபத்தால் பலவிதரோகங்களுண்டாகின்றமையால், அதற்குச் செய்யவேண்டியது யாதெனக் கூறுகின்றார்.

யுக்தியுக்தஞ்ச ஜிஹ்வாயாஞ்ச யுக்தியுக்தமவக்ரகா
யேத் । யுக்தியுக்தமவேத்பூர்யாத்தோவாயுஃ ப்ரகோபகஃ
யாத் ॥ கஅ ॥

(இ-ள்) வாயுவை யுக்தம்யுக்தமாக விடவேண்டும். (இரேசிக்குங்காலத்து மெல்லமெல்லவே இரேசிக்கவேண்டும்; வேகமாக இரேசிக்கலாகாதென்பது பொருள்.) யுக்தம் யுக்தமாகப் (அற்பமுமதிகமுமில்லாமல்) பூரிக்கவேண்டும். யுக்தம்யுக்தமாக (ஜாலந்தரபந்தமுதலியவற்றோடு கூடியதாக)க் கும்பிக்கவேண்டும். இப்படி யப்பியசித்தலால் ஹடசித்தியை யடைகின்றன். எ-று. (கஅ)

(அ-கை) யுக்தமாகிய பிராணயாமத்தை அப்பியசித்தலாலுண்டாகின்ற நாடிசுத்தியின் இலக்ஷணத்தைக் கூறுகின்றார்.

யதா கா நாடீஸு ஜீவ்ரா தூயாமிஹோதாஹிவோஹவு
கஃ । காபவ்ருக்ஷ்ய தாகாஞ்ஜிஹ்வதாஜோவெ தஜிஹ்ரி தம் ॥

(இ-ள்) எந்தக்காலத்தில் நாடிகளுக்குச் சுத்தியுண்டாகின்றதோ, அந்தக்காலத்தில் வெளிச்சின்னங்கள் (இலக்ஷணங்கள்) உண்டாகின்றன. தேகத்தின் கிருசத்துவமும் (மெலிவும்) காந்தியும் நிச்சயமாகவே யுண்டாகின்றன. எ-று.

தயா (அப்படியே) என்னுஞ் சொல்லால் உட்சின்னங்களு முண்டாகின்றன. (கக)

(அ-கை) இதுவுமது.

யதிவஹுயாமணிவாயொரு நாஸ்வுவ தீவநம்। நா
டீஹிவ்யுக்திராவிரோமஜ்ஞயதி தகாபிவிபாய நாசம்॥உ०॥

(இ-ள்) வாயுவை அநேகமுறை (இஷ்டப்படி) கும்பகத்தில் தரித்தலும், ஜடாகக்கினியின் தீவனமும்,* நாதத்தின் பிரகடத்தன்மையும், மோகமின்மையும் நாடிசோதனையா லுண்டாகின்றன. எ-று.

(அ-கை) மேனைமுதலியனவை அதிகரித்திருந்தால், அதற்கு வேறு உபாயத்தைக் கூறுகின்றார்.

மேதஸ்ஸ்லேஷ்மாயிகஸ்வேதம் வஹுத்வம் வஹ்நிதாரணம்।
சக்ஷுர்நாஸாவிரேகஸ்ச தாவதேவ ததாஜ்ஞயா॥உக॥

(இ-ள்) மேனையும் (கொழுப்பும்) சிலேஷ்மமும் (கோழையும்) அதிகமாயுள்ளவன் முன்னமே (பிராணயாமாப்பியாசத்திலன்று; பிராணயாமாப்பியாசத்திற்கு முன்னமே) இனிச் சொல்லப்படும் ஷட்(ஆறு) கருமங்களையும் செவ்வையாக ஆசரிக்கவேண்டும். தோஷங்கள் (வாதபித்தகபங்கள்) சமமாயிரு

(*) "வாயுவின் இரேசகபூரககும்பகங்களால் சகலநாடிகளும் சுத்தியாகுங்காலத்து, உள்ளே எப்போதும் அநேகவிதமாகிய அநாகதமென்னும் நாதம் பிரவிருத்திக்கு" மென்று யோகதாராவளியிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

ந்தலால் மற்ற (மேஷதையும் சிலேஷ்மமும் அதிகமாயில்லாத) வ
ன் அவஸ்தை (ஆறுகருமங்களையுப்) ஆசரிக்கவேண்டியதில்
லை. எ-று. (உக)

(அ-கை) ஷட்கர்மங்களின் பெயர்களைக் கூறுகின்றார்.

யளகிவைஷவிஷயாநெதி ஸ்ரோடகம்நளவிகஞ்யா !
கலாஷமாதிவிஷ்ஷ காதிஷட்டிரூணிவ்ரவக்ஷ்யெ தா॥உஉ|

(இ-ள்) தௌதி, பஸ்தி, நேதி, தாடகம், நௌலிகம், கபாலபாதி என்ற யிவை ஷட்கருமங்க ளெனப்படுகின்றன.
(உஉ)
எ-று.

(அ-கை) இவ இரகசிய மென்பதையும், அதன் ஹேது வையும் கூறுகின்றார்.

கரிஷ்ஷட்கிதம்மலவ்யூஹவிஷொஷய நஷ்ஷாரகழ் ! வி
ஸ்ரீ மஸ்ஸாதாயி வஜ்ஜ்யுதெயொகிவ்ருமவெஷ்॥

(இ-ள்) கடசோதனத்தை (சரீரசுத்தியை)ச் செய்யும் தௌதிமுதலிய கர்மங்களாறும் மறைத்து (இரகசியமாய்) வைக்கத்தக்கனவாம். அதனால் விசித்திரகுணங்களைச் செய்யத் தக்கதாகிய இந்த ஷட்கருமம் யோகிசிரேஷ்டர்களால் பூஜிக்கப் படுகின்றது. எ-று.

மறைத்து வைக்காவிடின் ஷட்கர்மம் அன்னியர்களாலும் செய்யப்படுவதாகின்றது. யோகிகளுக்குப் பூஜிக்கப்படுந்தன் மைபொருந்துகின்றதென்பது தாற்பரியம். இதனால், பிராணாயாமத்திலும் மேதைதிலேட்டிமமுதலியவற்றின் தாசம் சமபவித்தலாலும், அப்படியே "ஷட்கர்மயொகமாவ்ரோதி வலநாஸ்யாஸ்ஸாதாஃ ! பிராணாயாமாப்பியாசத்பான் ஷட்கர்மயோகத்தை யடைகிறான்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கும் பூர்வோத்

கை இரக்தத்திற்கும் இப்படியே சுவாசிய மிருக்கலாலும் இவை வேஷட்கருமத்தின் முக்கியபல மென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. (உக)

(அ-னை) தெளதிகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

ய தை-ரா ம-ரு வி ஷ்ணா ரா ஹ ரா வை ஸ்ரா ய ஸ்வா ஹா ।
ரா ம வை தி ஷ்ணு தே வை ஷ்ணவ ஸ் ஸ வி தை நம் ரு வை ஸ்வ ஸ்வா ॥
வை ஸ்ரு வை தை ரா வை ஸ்ர வை தை வை ஷ்ணு வை ஸ்ர வை தி ஸ்வ ஸ்வா ॥

(இ-ன்) * தான்கங்குல அகலமும் பதினாங்கு முழ நீளமும் உள்ள (கொஞ்சம் உஷ்ணமான ஜலத்தால் நிரப்பின) சுவஸ்திரத்தைக் குருவினை உபதேசிக்கப்பட்ட மார்க்கமாக மெல்ல மெல்லக் கொஞ்சங் கொஞ்சமாய் விழுங்கவேண்டும். ன-று.

மல்மல் அல்லது ஜகந்நாதம் என்னும் மெல்லிய புதுத்தலைத் தூட்டையின் பட்டி (ஓர் தண்டி வஸ்திரம்) கொள்ளவேண்டும். இரண்டாவது தான் இரண்டு முழமாகவும், மூன்றாவது தான் மூன்று முழமாகவும், இப்படி தாருந்தான் ஒவ்வொரு முழம் அதிகமாக விழுங்கவேண்டும். அதன் நுனியை முன் பற்களாற் கடித்துக்கொண்டு, தெளதிகர்மத்தால் வயிற்றிலுள்ள வஸ்திரத்தைச் செவ்வையாய் அலசி மறுபடியும் மெல்ல நேரியமாக வெளியே யிழுக்கவேண்டும். இது (†)தெளதிகர்

(*) தெளதிக்குரிய வஸ்திரம் தான்கல்லது ஆறங்குல அகலமும், எட்டல்லது பதினறுமுழ நீளமுமுள்ளதென்று சிலரும், இருபது அல்லது பதினைந்துமுழ நீளமும், தாலுவிரற்கணக்கு அகலமுமுள்ளதென்று சிலரும் கூறுவர்.

(†) (க) ஜலதெளதி (உ) சூத்ரதெளதி (ங) வஸ்திரதெளதி (ச) பவனதெளதி யென்னும் பேறுபாட்டால் தெளதிக்கிரியை தாலு வகையாம். (க) மிளகைத் தின்று கொஞ்சம் உஷ்ணமான ஒரு செம்பு ஜலத்தைச் சாப்பிட்டு, மறுபடியும் யுக்தியால் யானையைப் போல ஜலத்தை வெளிப்படுத்துதல், ஜலதெளதி. (உ) தூலால் நிரிக்கப்பட்ட

மமென்று சித்தர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. (உ-சு)

(அ-கை) தௌதிகர்மத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

காஸஸ்வாஸவீ ஹ்ருக்ஷ்வ ஷ்ருகஹிராமாஸ்ருவிஸ்ரதீ:।
யௌதிகீ ப்ரஹாவெந ப்ரயாத்யெவ நஸ்யாஸ்ரய:॥உ-ரு॥

(இ-ள்) காசம், சுவாசம், பிலீகம் (மண்ணீரல் உப்புதலா லுண்டாகும் வியாதி), குஷ்டம், இருபது கபரோகங்கள் என் னும் பிணி தௌதிகர்மத்தின் பிரபாவத்தால் நாசமாகின்றன. இ தில் சமுசய மில்லை. என்று. (உ-ரு)

(அ-கை) இனிப் பஸ்திகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

நாபிஸ்யூநஜலஸ்யாயஸ்ய நாஸ்ருக்நாபெர்ஷ்டாஸ்ரயே:।
ஸ்யாந்நாபேர்ஹ்ருந்நபஸ்யாத்ரு தாலுநஸ்ய வஸ்திகர்ம
கஸ்ய॥ ॥உ-சு॥

(இ-ள்) நாபியளவுள்ள (ஆறுமுதலியவற்றின்) ஜலத்தி லிருந்து குதத்தில் காளத்தை (குழலை)ச் செலுத்தி, (*)உத்கடா

பாதமுதல் சிரசளவினதாகிய கயிற்றை வாயின்வழியாய் வயிற்றிலிறக் கி அலசி வெளிப்படுத்துதல், தந்தீரதௌதியாம். (கூ) வஸ்தீரதௌதி, இது நூலாசிரியராற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (சு) இரண்டு கால்க ளா லுட்கார்ந்துகொண்டு கழுத்தை நீட்டி கொஞ்சம் வாயைத் திறந்து வெளியிலுள்ள காற்றை யிழுத்து உள்ளே நிரப்பி மறுபடியும் தள்ளிய மாகவிடுதல், பவனதௌதி (பவனம்=காற்று). இந்தத் தௌதிக்கிரி யை கோமுகாசனத்திலிருந்து செய்யத்தக்கதாம்.

(*) மேற்கூறியபடி உத்கடாசனத்திலாவது கோமுகாசனத்திலா வது இருந்துகொண்டு, அபானத்துவாரத்தால் ஜலத்தைக் கொஞ்சம்மே லே யிழுக்கவேண்டும். அதன்பின் சுவஸ்திகாசனத்திலிருந்துகொண் டு அந்த ஜலத்தைச் செவ்வையா யிழுத்து, நாபிக்குமேல் இருதயப்ப ரையில் செலுத்தவேண்டும். மறுபடியும் உத்கடாசனத்தால் ஜலத்தைக் கிரகித்து முன்போல் சுவஸ்திகத்திலிருந்து மேற்செலுத்தவேண்டும். இப்படி பஸ்திசுவஸ்திகங்களால் வயிறுமுழுவதையும் ஜலத்தால் நிரப்

சனமாகவுட்கார்ந்துகொண்டு ஜலம் உள்ளே பிரவேசிக்கும்வண்ணம் ஆகார (குத) த்தைச் சுருக்கவேண்டும். பின் உட்சென்ற நீரை வெளிகர்மத்தால் அலசி வெளியே விடவேண்டும். எ-று.

இங்கே * நாளமென்றது மூங்கிற்குழல். அரைச் சுண்டிவரல் நுழையத்தக்க கனமுள்ளதும், ஆறங்குலம் நீளமுள்ளதுமாகக் கொண்டு, நான்கங்குல அளவு குதத்திற் செலுத்தி, இரண்டங்குல அளவு வெளியில் வைக்கவேண்டும். இரண்டு குதிகாலிலும் இரண்டுகடிகடங்களையும் வைத்துக் கால்விரல்களால் விருத்தல், உத்கடாசனமாம். தௌதி, பஸ்தியென்னும் இரண்டு கருமங்களையும் போஜனத்திற்குமுன்பே செய்யவேண்டும். அதன்பின் போஜனஞ்செய்யச் சிறிதும் தாமதிக்கலாகாது. சிலர் முன்னர் மூலாதாரத்தால் வாயுவை ஆகருஷி (இழு)த்தலை அப்பியசித்து, ஜலத்தில் நின்றுகொண்டு குதத்தில் நாளத்தைச் செலுத்தாமலே பஸ்திகர்மத்தை அப்பியசிக்கின்றார்கள். அப்படிச் செய்யுமிடத்து, ஜலமுழுவதும் வெளியில் வாது. அதனற் பலரோகங்களும் காதுகூகயமுதலியனவைகளும் சம்பவிக்குமாகையால், அப்படிப் பஸ்திகர்மம் விதிக்கப்படவில்லை. மற்றெப்படியெனின், சுவாதத்துமாராமர் குதத்தில்

பி வயிற்றை விசேஷமாய்ச் சுழற்றுவதனால் (தௌலிகர்மத்தினால்) குடலின் சந்துகளிலும் குடலிலு மிருக்கும் பக்குவமானவைகளும் பக்குவமாகாதவைகளும், இறுகினவைகளும், இளகினவைகளுமாகிய மலங்களைக் கரைத்துப், பின் வேகமில்லாமல் கிரமமாக வெளியே விடவேண்டும். இதனால் வயிறு வெளுத்தவஸ்திரம்போல் தோஷநீங்கிப் பரிசுத்தமாகின்றது. பஸ்தியும், ஜலபஸ்தி வாயுபஸ்தியென இருவகையாம். ஜலத்தை யிழுத்தல் ஜலபஸ்தி. வாயுவை யிழுத்தல் வாயுபஸ்தி. பஸ்திகர்மத்தில் கோமூகமே சிலாக்கியமாக அநுபவிக்கப்பட்டுள்ளது.

(*) இங்கே பொதுவாக நாளமென்றமையாற் சிறிய வழவழப்புள்ள எந்தநாளமும் கொள்ளலாம்.

ஸ்தானத்தைச் செலுத்தி யென்று சொல்லியபிசகாம் விதிக்கப்படுகின்றது.

(அ-கை) பஸ்திகர்மத்தின் குணங்களை இரண்டு சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

மருதோஷமஹாரோகமாயி வாதகபித்தகலொஹஜாஃ|
வெஷ்டிகஸ்துவ்ரஹாவெத கதீபஸ்தெஸுகரோபயாஃ ॥ உஎ ॥

(இ-ள்) குன்மமும், பிலீஹமும், ஜலோதரமும், வாதபித்தகபங்களால் உண்டாகும் சகல ரோகங்களும் பஸ்திகர்மப்பிரபாவ (சாமர்த்திய) த்தால் நசிக்கின்றன. எ-று. (உஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

யாத்விஜியாதெஷ்டுரணவ்ருஷோ ஹ்ருத்ருகாஸ்தோஷஹ
நஷ்டிதீப்தி: | கரெஷஷிரோஷடா வயபஸ்திஹ நரா ஹரு
வ்ருசோநம் ஜலுவெஷ்டிகஸ்து ॥ ॥ உஅ ॥

(இ-ள்) ஜலத்திலிருந்து அனுஷ்டிக்கப்படும் (அப்பியதிக்கப்படும்) பஸ்திகர்மமானது இரசம், தோல், மாமிசம், மேதை, அஸ்தி, மச்சை, சுக்கிலம் என்னும் தாதுக்கள்; சுரோத்திரம், தவக்கு, சக்ஷு, சிங்ஙவை, ஜிஹ்வாணம் என்னும் ஞானேந்திரியங்கள்; வாக்கு, பாணி, பாதம், பாயுரு, உபஸ்தம் என்னும் கர்மேந்திரியங்கள்; மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்னும் அந்தக்காரணங்களென்னுமிவற்றின் பிரசாதத்தையும், காந்தியையும், ஜடாக்கினியின் தீப்தி (விருத்தி)யையும் தருகின்றது. வாதபித்தகபமென்னும் சகலதோஷங்களின் விருத்திசுயத்தைக் கெடுக்கின்றது. (தோஷங்களின் சமத்தன்மையாகிய ஆரோக்கியத்தைச் செய்கின்றதென்பது பொருள்). எ-று.

பரிதாபம், விஷாதம், சோகம், மோகம், கௌரவம், ஆவரணம், தைந்தியம் (இஷ்டம்) முதலிய ராஜசதாமதகர்மங்களை

நிவர்த்தித்தலா லுண்டாகும் சுகம், பிரகாசம், இலாகவம் (கனமின்மை) முதலிய சாத்துவிக தர்மங்களின் ஆவிர்ப்பாவம், பிரசாதமாம். கூடியம் என்பது உபலக்ஷணத்தாற் கொள்ளப்பட்டது.

(அ-கை) இனி ராஜகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸுகதுஃகிதஷ்டிலஃஷ்டிஷு நாஸாநாதெஷு வெஷு
யெஷு | உஃவாஹிமுஃயெவெஷ்டவ்ய ராஜகர்மவிதெ
நிமுஃயுதெ ॥ ॥ உசு ॥

(இ-ள்) ஒருசாண் அளவுள்ளதும், முடிச்சுமுதலியனைவ
னில்லாததுமாகிய சூத்திரத்தை நாசித்துவாரத்திற் செலுத்தி
வாயின்வழியாயும் இழுக்கவேண்டும். இது ராஜகர்மமென்று
ரிஷிகளாற் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

சாண் * என்னும் உபலக்ஷணம் அநுஷ்டிக்கற்குமாம். ஒன்
பது பத்து அல்லது பதினேந்து புரியாய்த் திரிக்கப்பட்டுத் தி
டமாயுள்ள சூத்திரம் கொள்ளத்தக்கது. சூத்திரத்தின் றுனி
யை நாசித்துவாரத்தில் றுழைத்து மற்ற நாசியை விரலாற்ற
டுத்துப் பூரகம் செய்யவேண்டும். மறுபடியும் வாயினால் இரே
சிக்கவேண்டும். அடிக்கடி இப்படிச் செய்வதனால் வாயில் சூ
த்திரத்தி றுனி வருகின்றது. அந்தச் சூத்திர றுனியையும்,
நாசிவெளியிலிருக்கும் சூத்திர றுனியையும் பிடித்துக்கொண்
டு மெல்ல அசைக்கவேண்டும்.

சகாரத்தால் (உம்மையால்) ஒரு நாசித்துவாரத்திற் செ
லுத்தி, மற்ற நாசித்துவாரத்தால் வெளிப்படுத்தவேண்டு மெ
ன்பதும் சொல்லப்பட்டது. அதாவது ஒரு நாசித்துவாரத்தில்
றூல் றுனியைச் செலுத்தி, மற்ற நாசித்துவாரத்தை விரலால்

---

* எலிவாலைப் போன்ற ஆறுசாணளவுள்ள கயிறென்று ஸடாத்
தீஸுவளியிற் கூறியிருக்கின்றது.

தடித்துப் பூசஞ்செய்ய (இழுக்க) வேண்டும். பிறகு மற்ற காசித்துவாரத்தில் இசேசிக்க (வெளிப்படுத்த) வேண்டும். அடிக்கடி இப்படிச் செய்வதினால் மற்ற நாசித்துவாரத்தால் சுத்திரத்தின் தூனி வருகின்றது. அதை மூன்போல சாலனஞ் செய்ய (அசைக்க) வேண்டும். இதுவும் அனேகமுறை செய்தால் ஒரு முறை யுண்டாகும். (உசு)

(அ-கை) நேதியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

கூவொறுமாயி நீவெவ ஸிவ்ருஷ்வுஷிவுஷாயிநீ । ஜ
தூஅயுஷா தவாமளவம் நெதிராஸு நிஷதி
ஷ ॥ ॥ கூ0 ॥

(இ-ள்) கபாலசுத்தியைச் செய்வதும் திவ்வியமாகிய நிருஷ்டியைத் தருவதுமாகிய நேதிக்கிரியை நோளின் மேற்பாகத்தி லுண்டாகும் வியாதிகளை விரைவிற் கெடுக்கின்றது. எ-று.

சுலோகத்தின் முதல் சகாரத்தால் (உம்மையால்) நாசித்துவாரங்களின் சுத்தியும் கொள்ளப்படும். இரண்டாவது சகாரம் (உம்மை) அசை. (கூ)

(அ-கை) திராடகத்தைக் கூறுகின்றார்.

நிரீக்ஷநிஶ்சலாத்ருஶா லக்ஷ்யகூக்ஷ்மாவலோகிதம் ।
கூரு-லவாவதவயுதை சாவாவியெ-ு லாடகாவஸ்ய
கு ॥ ॥ கூக ॥

(இ-ள்) வகாக்கிரசித்தரும் நிச்சலமாகிய (அசைவற்ற) பார்வையால் சூக்ஷ்மமாகிய லக்ஷியத்தைத் தண்ணீர் விழும்வரையில் பார்க்கவேண்டும். இது * திராடகமென்று மச்சேந்

---

* பிராதக்காலத்தி லெழுந்து சுகாசனத்திலிருந்துகொண்டு, கண்களைத் திறந்து திராடகமொன்றினையே யப்பியாசிக்கவேண்டும். மிகநின்மலமாகிய அந்த இலட்சியத்தைச் சிந்தைகள் நீங்கியவரையிருந்து

திர் முதலிய ஆசாரியர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

(ஈ-கை) திராடகத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

சிரவநம்நெத ரோமாணாம் தஉராதீநாம் கூவா
டகழி யத்தகஸ்ராடகம்மாவயம் யோகாடகவெட
கழி ॥ ॥ கூ உ ॥

(இ-ள்) நேத்திரரோகங்களைக் கெடுப்பதாயும், கர்ணை முதலியவற்றை அடக்குவதாயுமுள்ள திராடகமானது பிரயத்தனத்தால் இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாம்; பொன்னைத்திருக்கும் பெட்டி மறைத்து வைக்கப்படுவதுபோல. எ-று.

நித்திரைக்குமுன் வரும் சோம்பலாகிய தாமதநித்திரைக்கு நித்திரையெனப்படும். (கூ உ)

(ஈ-கை) இனி மௌலிகர்மத்தைக் கூறுகின்றார்.

கசிநரவகபுவிவமந கசாநாவஸவரவாவஸவரு கஃ| க
தாம்வஸாஹராசியவிதவா களஸ்ஸிவிவஜஃபுவகரு
செ ॥ ॥ கூ கூ ॥

(இ-ள்) தோள்களை வளைத்துக்கொண்டு வாயிற்றலை வை

பார்க்கவேண்டும். இவ்வப்பியாசத்தால் வாயுவும்நேத்திரமும் ஸ்திரத்தன்மையை யடைகின்றன. இப்படி இலகுகியதீக்ஷையைச் செய்து, சிறிது நேரம் கண்களை மூடிப், பிறகு திடீரென்றுதிறந்து, எதிரில் நிச்சலமாகிய ஆகாயத்தை யகாக்கிரசித்தலைப் சூரியபிம்பம் தோற்றும்வரையில் பார்க்கவேண்டும். இதனால் மிகநின்மலமாகிய திருஷ்டியுண்டாம். இந்திராடகம் நாசிநுனியிற் சித்திக்கின், சாதகன் கூரணத்தில் தேகவியாதியின் கிலேசங்களில்லாதவனாகின்றான். புருவநடுவில் நிறுத்தி எப்போதும் அப்பியசித்தால், கேசரியையும், திவ்விய திருஷ்டியையும், யோகிசுருக்கு யோகபலமாகிய சித்தியையும் தரும். இதனால் சிரோகமலத்திலுள்ள வாயுவும் இருதயமும் திரும்பி ஒழுங்குடையனவாகின்றன. திராடகத்தின் திடாப்பியாசத்தால் கூர்மவாயுவும், மூலபந்தத்தால் அபானவாயுவும், ஜாலந்தரத்தால் உதானனும், சாலனத்தால் சமானவாயுவும் பிராணவாயுவும் ஜயிக்கப்படுகின்றன.

மிடமாக நீர்ச்சுழியைப்போல் அதிவேகமாய்ச் சுற்றவேண்டும். இது சித்தர்களால் * நௌலி யென்று சொல்லப்படுகின்ற தது. எ-று. (கூக)

(அ-கை) நௌலியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஸந்ஹ்ருஷ்டே நவாயுநாடி ஸ்ரோவிகார நாஸ்ரீஷ்ம
ஸ்லேஷ | கபரஷ்டிதோஷஜாயஸ்யாஷுணீவ ஷாம்க்ரியா
ஸௌம்யிபவேந்நளினி ॥ ॥கூச॥

(இ-ன்) இந்த நௌலி அக்கினிமந்தத்தைக் கெடுத்தல் (ஜடாக்கினியைச் செவ்வையா யெழுப்புதல்), ஜீரணஞ்செய்தல் முதலியவற்றைச் செய்வதாயும், எப்போதும் ஆநந்தத்தைச் செய்வதாயும், (வாதாதி) சகல தோஷங்களையும் கெடுப்பதாயும், (நௌதௌதி பஸ்தியென்னு மிரண்டுக்கும் இது வேண்டியதாயிருத்தலால்) நௌதௌயாதி ஷட்க்ரியைகளுக்கு முடி (கிரீடம்) போல் உத்தமமாயு மிருக்கின்றது. எ-று.

முதலியவினுஞ் சொல்லால் மலசுத்திமுதலியவைகளும் கொள்ளப்படும். (கூச)

(அ-கை) இனிக் கபாலபாதியையும் அதன் குணத்தையும் கூறுகின்றார்.

ஷஷ்டீவயோ ஹகாரஸ்ய ரேஷவக்ராள ஷஷாங்கஹ
ஸ்ரீ ள । கபாலஹாதிவிஜ்ஞேயாதாக கூஷ்டோஷதிவிஸோ
ஷணீ ॥ ॥ கூஞ ॥

(*) பாகியம் ஆந்தரமென நௌலி யிரண்டுவகையாம். அவற்றுள் பாகியநௌலி நூலாசிரியராற் சொல்லப்பட்டது. ஆந்தரநௌலியை ஹடாத்நாவளியில் "இடைகலையினால் வேகமாய்ச் சுழற்றி, அப்படியே பிங்கலையினாலுஞ் சுழற்றிப், பின் அவ்விரண்டினாலும் சுழற்றவேண்டும். இவ்வாந்தரநௌலி யென்றற் சொல்லப்பட்டது" என்று ஸ்ரீநிவாசயோகீந்திரர் கூறியிருக்கின்றனர். நௌலியைச் சுவஸ்திகாசனத்திலிருந்து செய்யவேண்டும்.

(இ-ள்) கொல்லன் துருத்தியைப்போல் லேகத்தோடு இ சேசகபூரகம் செய்தல், கபாலபாதி யெனப்படும். அது இரு பது கபதோஷங்களையும் கெடுக்கும். எ-று.

"கஷவிரோ மாஸ்ஷ்ஸு தி" கபதோஷங்களிருபதாம்" என் று நிதானமென்னும் நூலில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கூ)

(அ-கை) வடநூன்மங்கள் பிராணபாதத்திற்கு உபகார முள்ளனவா மென்பதைக் கூறுகின்றார்.

வடகிருமிமுதலையு கஷவிஷவடிவாதி கூ | பி ராணாயாமகதிர்க்கையுழா உநாயாலெ ஹவிஜ்யுதி ॥கூ॥

(இ-ள்) கிளைநிமுதலிய (*) வடகருமங்களால் ஸ்நூலை ச்சன்மையும் கபதோஷமுதலிய மலங்களும் நீங்கியபின் பிரா

(*) "வடகர்மங்களோடு சக்கிரிகர்மம் நூதி சுவாத்துமாராமயோ கீந்திரரால் சொல்லப்படாவிடினும், அப்பியாசிகளுக்குச் சாதகமாக என் னற் சொல்லப்படுகின்றது" என்று ஹடாந்நுவளியிற் சொல்லப்பட் டிருக்கின்றது.

சக்கிரிகருமம்:—நடுவிரலிரண்டையும் நாக்கினோக்கிவி ஆழியினா யெண்ணெயிலாவது நெய்யிலாவது தோய்த்துக், குதத்துவாரத்துட் செ லுத்தி, மெல்ல வாயுவை இருதயம்வரையி லிழுத்துக், குதம் அகலமா கும்படி மூன்று நான்கு முறை செவ்வையாய்ச் சுழற்றவேண்டும். இப் படி அஜீரணாதி தோஷங்கள் நீங்கும்வரையிற் செய்யவேண்டும். இது சக்கிரிகர்ம மெனப்படும். இதனால் குடலில் தங்கியிருக்கும் நாற்றமுள் ள தர்மலங்களின் நீக்கமும், மூலசக்கரத்தின் விரிவும், சூலை, குன்மமு தலிய ரோகங்களின் நாசமும், தீபனமும் உண்டாகும். இதிற் சம்சய மில்லை.

கிலிகர்மம்:— சுட்டுவிரல்நடுவிரல்களால் உண்ணாக்கைப் பிடித் து அடிக்கடி மதித்தல், கிலிகர்மமாம். இது சந்துக்களி லொட்டியி ருக்கும் கபதோஷங்களை நீக்கும். வஜ்ரோலி, சங்கப்பிரக்ஷாளனமுத லியவற்றையும் இக்கிரியைகளோடு சேர்த்துக் கூறுவர்.

ணாயாமம் செய்யவேண்டும். அதனல் (ஷட்கர்மபூர்வகமாகிய பிராணாயாமத்தால்) யோகம் (வருத்தமில்லாமற் சித்திக்கின்ற தென-று.

கபதோஷாதிய என்பதிலுள்ள முதலியவினுல் சொல்லால் பித்தமுதலியனவகளும் நீங்கியபின் என்று கொள்க. ஷட்கர்மம் செய்யாவிடின் பிராணாயாமத்தி லதிகவருத்த முண்டாகு மென்பது நற்பரியம். (கூசு)

(அ-கை) மதபேதத்தால் ஷட்கருமங்களி னுபயோகமி ன்மையைக் கூறுகின்றார்.

ரோணாபாவெஜிரவலவெ-ு ஒபா-ஷதுஞி ஜூா
ஜதி। சூவாயு-ாணாஅதா- கெஷடாஅயி ஈநு-துஜி-ு ந
லம்ஜிகு்ி॥ ॥ கூஎ ॥

(இ-ள்) பிராணாயாமத்தினலேயே சகலமலங்களும் கெடுகின்றன வென்னு மேதுவால் யாஞ்ஞவல்கியர் முதலிய சில ஆசாரியர்களுக்கு அங்கியமாகிய ஷட்கர்மங்கள் சம்மதமில் லை. என-று.

வஜ்ரோலி:— இலிங்கத்துவாரத்தால் ஜலமுதலியவற்றை உள்ளே யிழுத்து விடுதல், வஜ்ரோலியாம்.

சங்கப்பிரக்ஷாளனம்:—வாயிலுல் நீரைக்குடித்து மூலத்துவாரத்தால் வெளிப்படுத்துதல், அல்லது மூக்குத்துவாரத்தால் ஜலத்தையிழுத்து வாயின் வழியாய் விடுதல், அல்லது மூக்கின் ஒருதுவாரத்தால் ஜலத்தையிழுத்து மற்றொரு துவாரத்தால் விடுதல், சங்கப்பிரக்ஷாளனமெனப்படும். இது கபபித்தங்களைக் கெடுக்கும்.

இக்கருமங்களுள் தௌதிமுதலிய ஆறு அல்லது எட்டு யோகத்திற்கு முதலிலேயே பிரயோசனமுடையனவாம். வீரியஸ்தானத்தைச் சோதிக்கும்பொருட்டு வஜ்ரோலியும், சமாதிகாலத்தில் மிஞ்சியிருக்கும் மலத்தை நிவர்த்திக்கலால், வெகுகாலம் வரையிலும் சமாதி நிலைக்கும் பொருட்டு சங்கப்பிரக்ஷாளனமும் வேண்டப்படும். கும்பகத்தின் விருத்தியின்பொருட்டு கபாலபாதி விரும்பப்படும்.

ஆசாரியரிலக்கணம் "சூவிதாகிவஸாஸ்ராயு சாவா
ஸ்ரயதவ்யவி। ஸ்வசாவரதேபஸ்ரூஷாவாயுஷ்ஸ்நகை
யுதே। சாஸ்திரார்த்தங்களை விரித்து (பாவச்செய்து) உலக
த்தாரையும் சாஸ்திரத்திற் கூறிய ஆசாரத்தில் ஸ்தாபித்துத், தா
னும் அவ்வாசாரத்தை யாசரிக்கின்றபடியால் ஆசாரிய ரெனப்ப
டுகின்றனர்" என்று வாயுபுராணத்திற் சொல்லப்படுகின்றது.

(அ-கை) கஜகரணியைக் கூறுகின்றார்.

உஷ்ணஜலபூர்யுக்தசுக்ஷ்மே வஸ்த்ரேவாகதோ-தீர்க
கரணநாடிம்। க்ருத்வாஸ்யபவஸ்ருநாபிபர்யந்தகாமஜகரணீ
திநிமஜ்யதேகஸ்தம்பவெஜ்ஜஃ॥ ॥ கூஅ ॥

(இ-ள்) யோகிகள் அபானவாயுவைக் கண்டகாளத்தில் எழுப்பிச், சாப்பிட்ட அன்னத்தையும் குடித்தஜலத்தையும் வாந்தி செய்கின்றார்கள். கிரமமாக * அப்பியசித்தலால் நாடிச்சக்கரங்கள் சுவாதீனமாகும். இந்தக்கிரியை ஹடயோகமுணர்ந்தவர்களால் கஜகரணியென்று சொல்லப்படுகிறது. எ-று.

க்ருத்வாஸ்யபவஸ்ருநாபிபர்யந்தகாமஜஃ॥ என்று பிரிபாடம் உண்டு. அதன் பொருள்:— கிரமமாகிய அப்பியாசத்தால் எதில் சங்கினிநாடியின் மார்க்கம் முழுத்தளவும் வசமாகின்றதோ, அப்படிப்பட்ட இந்தக்கிரியை என்பதாம். (கூஅ)

(*) கிரமமாக அப்பியசித்தலாவது:— முன்னே உத்கடாசனத்தில் சமசரீரமாயிருந்துகொண்டு, நௌலியால் அனல யெழுப்பித் தொண்டையை அபானனை எழுப்பும்வழியாக்கி, முன் உட்கொண்ட அன்னபானங்களை வாந்திசெய்யவேண்டும். அதாவது உத்கடாசனத்திலிருந்துகொண்டு கைகளை மூடி முழந்தாள்களின்மேல் செவ்வையாய் வைத்து, அதன்பின் குனிந்து வாயுவை மேலிழுத்து வேகமாய் உட்கொண்டவற்றைக் கக்கவேண்டும். உட்கொண்டவைகள் ஒருக்கால் வராவிடின், அப்போது வளைந்த கடிப்பிரதேசத்தை எழுப்பியிருந்துகொண்டு, இரண்டுமுழந்தாள்களையும் முன்கைகளாற் பிடித்துக்கொண்டு முன்போல் வாந்திசெய்க. இது கஜகரணியை யப்பியசிக்கும் கிரமம்.

(அ-னை) சர்வோத்தமர்களால் அப்பியசிக்கப்பட்டதாயும், மேலான பிரயோசனமுடையதாயு மிருத்தலால், பிராணயாமம் அவசிய மப்பியசிக்கத்தக்கதாமெனச் சூசிப்பித்துக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ஹா உயொகவித்தி உஸாஸ்வஸ நாஹ்வாஸ தத்ரா:|
சலே மருதி தத்ரைவ யாவத்தத்ர நிஸ்சலம்|| ||நகூ||

(இ-ள்) (*) பிரமாதிதேவர்களும் காலனது பயத்தால், இசைகபூசகும்பகபேதமென்னும் பின்னப்பிராணயாமானுஷ்டானத்தில் தற்பரர்களாயிருந்தார்கள். ஆகையால் பிராணயாமத்தையப்பியசிக்கவேண்டும். என்று.

பிரமாதிகளும் அப்பியசித்தார்களெனின் மற்றவர்களுக்குக் கேட்பானேன். (நகூ)

(அ-னை) இதுவுமது.

யாவத்ஸ்வஸ்தோ நிராயாஸோ யாவத்பிந்துர்ன சுஷ்யதி |
யாவத்ஸ்யாத்ஸ்திரதா தேஹே தாவத்காலபயம்குத:||

(இ-ள்). எவ்வளவு காலம் வரையிலும் பிராணவாயு சரீரத்திற் கட்டுப்பட்டு (சுவாச, உசுவாசக்கிரியைகளில்லாததாய்) இருக்கின்றதோ, எவ்வளவு காலம் அந்தக்காணம் வியாகுலமில்லாமல் (ஏகாக்கிரமாய்) இருக்கின்றதோ, எது வரையில் புருவமத்தியில் திருஷ்டி (அந்தக்காணவிருத்தி) இருக்கின்றதோ, அவ்வளவு காலம்வரையில் காலனினின்றும் அச்சமேது. ஒருவி

(*) இது "அற்பகாலபயத்திலால் பிரமாவானவர் பிராணயாமப் பழக்கஞ்செய்தார். ஆகையால் யோகிகளும் முனிகளும் பிராணயாமம் செய்யவேண்டும்" என்று யோகசூடாமணியுபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அன்றியும் "நாநாவிதயோகங்கள் பிராணயாமத்திலற்சித்திக்கின்றன. பிராணயாமமில்லாத சகலயோகங்களும் நிஷ்பலமா" மென்னும் ஞானசித்தாந்தராஜயோகத்தின் வாக்கியத்தாலும் பிராணயாமம் அப்பியசிக்கத்தக்கதாம்.

தத்தானுபில்லை. எ-று.

அப்படியே "வாதுகதநவகாலெடவோயுகதநவக
டுணை | வாயுகததவுகெநாவிபொதீப-ஸ்ஹுவுகாயிநா
சமாதியோடுகூடிய யோகியானவன் காலனுலுண்ணப்படான். கர்மத்தால் பாதிக்கப்படான். எதனுலும் சாதிக்கப்படான்" என்று சொல்லப்படும். இதனுல் சுவாதீனமுடையவனென்ருனென்பது பொருள். இங்கே திருஷ்டியென்பது நான சாமானியம். (சூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வியிவதாணவாயாவெ நாடீயவெகு விஸாயி
கெ | வஷ-ஜீராவுநாஸிதா வஷ-வாஜிஸதிரா-
கஃ ॥ (சக)

(இ-ள்) ஆசனம் ஜாவந்தபந்தருதலிய விதியோடுகூடிய பிராணயாமத்தால் நாடிசலூகங்கள் நிர்மலமானுல், வாயு இடைபிங்கலைகட்டு மத்தியிலுள்ள சுழுமுனைநாடியின் முகத் (துவார)த்தைத்திறக்குகாண்டு ஆகாயசமமாகச் சுழுமுனைக்குட் பிரவேசிக்கும். எ-று (சக)

(அ-கை) இதுவுமது.

சாரவெகதியுவாயாவெ நவிஸெயழுவுஜாய
கெ | யொதிநஃவஸ்ரீஸாவஃ வவெஸவாவஸ்ரீஸிதா
நநீ ॥ ॥ சஉ ॥

(அ-னை) சர்வோத்தமர்களால் அப்பியசிக்கப்பட்டதாயும், மேலான பிரயோசனமுடையதாயு மிருத்தலால், பிராணயாமம் அவசிய மப்பியசிக்கத்தக்கதாமெனச் சூசிப்பித்தார் கூறுகின்றார்.

ஸஹஜோ ஜயோகவிதி ரமாபவ நாஹ்யாஸ தத்பரா:।
கஹமவஸ்ரு தகஹயா தலோ தவ நிஹ்ரு வெஸ்ரு ॥ ॥ நகூ ॥

(இ-ள்) (*) பிரமாதிதேவர்களும் காலனது பயத்தால், இரேசகபூரககும்பகபேதமென்னும் பின்னப்பிராணயாமாநுஷ்டானத்தில் தற்பரர்களாயிருந்தார்கள். ஆகையால் பிராணயாமத்தையப்பியசிக்கவேண்டும். என்று.

பிரமாதிகளும் அப்பியசித்தார்களெனின் மற்றவர்களுக்குக் கேட்பானேன். (நகூ)

(அ-னை) இதுவுமது.

யாவஜ் ஜீவோ ரஜ்ஜீவ யாவத்ஸ்தி நிரா கஜ்ஜ ।
யாவஜ்ஜ்ஞா நோ தயோ தாவத்காலயோ கஜ்ஜ:॥

(இ-ள்). எவ்வளவு காலம் வரையிலும் பிராணவாயு சரீரத்திற் கட்டுப்பட்டு (சுவாச, உசுவாசக்கிரியைகளில்லாததாய்) இருக்கின்றதோ, எவ்வளவு காலம் அந்தக்காரணம் வியாகுலமில்லாமல் (ஏகாக்கிரமாய்) இருக்கின்றதோ, எது வரையில் புருவமத்தியில் திருஷ்டி (அந்தக்காணாவிருத்தி) இருக்கின்றதோ, அவ்வளவு காலம்வரையில் காலனினின்றும் அச்சமேது. ஒருவி

(*) இது "அற்பகாலபயத்திலை பிரமாவானவர் பிராணயாமப் பழக்கஞ்செய்தார். ஆகையால் யோகிகளும் முனிகளும் பிராணயாமம் செய்யவேண்டும்" என்று யோகசூடாமணியுபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அன்றியும் "நாநாவிதயோகங்கள் பிராணயாமத்திலற்சித்திக்கின்றன. பிராணயாமமில்லாத சகலயோகங்களும் நிஷ்பலமா" மென்னும் ஓராஜ சித்தாந்தாஜ யோகத்தின் வாக்கியத்தாலும் பிராணயாமம் அப்பியசிக்கத்தக்கதாம்.

தத்தானுமில்லை. என்று.

அப்படியே "வாயுவென்னவென்றால் வாயுவென்ன வென்றால் சுணை | வாயுவென்னவென்றால் வியோகியபானனுமாயிருக்கி சமாதியோகியான யோகியானவன் காலனுல்லங்ணப்படான். கர்மத்தால் பாதிக்கப்படான். எதனாலும் சாதிக்கப்படான்" என்று சொல்லப்படும். இதனால் சுவாதீனமுடையவனென் றனென்பது பொருள். இங்கே திருஷ்டியென்பது நான சாமானியம். (சூ0)

(அ-கை) இதுவுமது.

வியிவதாணவாயுவென்ன நாபீமண்டலவிமாயி
தென | வாஷ்டீவதநாஹிதா வாவோயிஸ்திராரா
கூ ॥ (சூக)

(இ-ள்) ஆசனம் ஜாலந்தரபந்தமுதலிய னிதியோகி யபிராணயாமத்தால் நாடிசமூகங்கள் நிர்மலமாஞல், வாயு இடைபிங்கலைகட்டு மத்தியிலுள்ள சுழுமுனைநாடியின் முக (வாய)த்தைத்திறந்துகொண்டு அநாயாசமாகச் சுழுமுனைக்குட் பிரவேசிக்கும். என்று (சூக)

(அ-கை) இதுவுமது.

சாரீரியவாயுவாவென்ன நாபிமண்டலப்பிரா
தென | யொநிவாஷ்டீரீவாவது வியவாவஸ்தாநி
நீ ॥ ॥ சூட ॥

(இ-ள்) பிராணவாயு சுழுமுனைமத்தியில் சஞ்சரியாதம் செவ்வையாகச்செல்லாமாயின், அப்போது மனதின் ஸ்திரத்தன்மை (நியேயவஸ்துவமாகிய விருத்திப்பிரவாகம்) உண்டாகின்றது. மனதின் ஸ்திரத்தன்மை யெதுவோ, அதுவே மோன்மனியவஸ்தையாம். என்று.

மகேஸ்வரனென்னுஞ் சொல் உன்மனியின் பரியாயமாம். அவ்வாறு மேல் "ராஜயோகமஸாத்யிஸ்து—இராஜயோகசமாதியும்" என்பவற்றாற் சொல்லப்படும். (சூ உ)

(அ-கை) விசித்திரமாகிய கும்பகங்களில் பிரவிருத்தியை யுண்டாக்குதற்கு, அவற்றின் முக்கியபலத்தையும் அவாந்தரபலத்தையும் கூறுகின்றார்.

கதிஜயெவியாநஜூர ஸ்ரீதராநுகூலவுதிகூலஹ
காநு । விவிதகூலஹகாஹ்யாஸுவிவிதராஹஸிஜிர
ஜூயாஸு । ॥ சூக ॥

(இ-ள்) கும்பகாநுஷ்டானத்தின் விதான (பிரகார) ங்களை அறிந்தவர்கள் அவ்வுன்மனியவஸ்தை சித்திக்கும்பொருட்டுச் சூரியபேதமுதலிய நாநாவிதகும்பகங்களைச் செய்கின்றார்கள். விசித்திர (நாநாவித) கும்பகங்களினப்பியாசத்தால் விசித்திர (அணிமாமுதலிய நாநாவிதவிலக்ஷணமாகிய அல்லது ஜன்மம், ஔஷதி, மந்திரம், தவமென்பவைகளாலாகிய) சித்தியை யடைகிறான். எ-று.

அது "ஜந்மளஷதிதபொமந்த்ரஜஸித்தி பரவதீரிஹவிஜயஃ । யொமஹாரஜ்ஞொதிகாஃஸவரஃ நாவைநயெபரமதிம் வ்ரஜேத் ॥ பிறப்பு, ஔஷதகம், தவம், மந்திரம் என்பவற்றாலிங்கே எவ்வளவு சித்திகளுண்டாகின்றனவோ, அவையெல்லாவற்றையும் யோகத்தினாலடைகிறான், யோகத்தினை யோகத்தினாலடைவதை) மற்றவைகளாலடையான்" என்று பாகவதத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. பிரத்தியாகாரமுதலியவற்றின் பரம்பரையாக அடைகிறானென்பது தாற்பரியம்.

(அ-கை) இனி அஷ்டகும்பகங்களின் பெயர்களைக் கூறுகின்றார்.

ஸஹபுலஹரநிர்ஜாயீ ஸீதாரீஸீதலீதயா ।

ஸஷ்டிகாஹ ஶரீரகுஷ்ட ஜ்வரவிரேசகாஃ ॥

(இ-ள்) சூரியபேதகம், உஜ்ஜாயி, சீதளி, பஸ்திரி, பஸ்திரிகை, பிராமரி, மூர்ச்சை, பிலாவினினாஸனக் (*) கும்பகங்கள் எட்டாம். எ-று. (சுசு)

(அ-கை) இனி ஹடசித்தியில் அநுக்கியசித்தமாகிய மேன்மையுள்ள சகலகும்பகங்களின் சாதாரணயுக்தியை மூன்று சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

வாமரகாதெ தக்ஷகுக்ஷிவ்ரா பூரயேஜ்ஜாலந்தரா
ஸியஃ | கும்பகாதெ விரேசகாத்ஸ கநைஃ க்ஷிவ்ரா ஸஸூர்ய
பேதநாஃ ॥ ॥சுஎ॥

(இ-ள்) (கழுத்தைச் சுருக்கி மோவாய்க்கட்டையை இருதயத்தில் ஸ்தாபித்தலாகிய) ஜாலந்தரமென்னும் பந்தம், பூரகம் செய்தபின் சடிதியிற் செய்யவேண்டும். உட்டியாணபந்தம் கும்பகத்தின் அந்தத்தில் அதாவது சிறிது கும்பகமிருக்குங்கால் இரேசகத்தின் ஆதியில் (இரேசித்தற்குமுன்) செய்யவேண்டும். எ-று.

வாமரகாதெ தக்ஷ- என்பதிலுள்ள தக்ஷ (து) சப்தத்தால் கும்பகத்தின் ஆதியில் எனப்படும். பிரயத்தின விசேடத்தால் தாபிப்பிரதேசத்தைத் பின்புறமாக இழுத்தல், உட்டியான பந்தமாம். (சுஏ)

(*) இவற்றுள் சூரியபேதனம், உஜ்ஜாயி, சீதளி, பஸ்திரி என்னும் நான்கும் யோகதண்டலியுபதிஷத்திலும், யோகதத்வோபநிஷத்திலும், உஜ்ஜாயி, சீதளிகளுடன் சீத்காரியென்பது சாண்டில்யோபநிஷத்திலும், அவ்வெட்டுடன் புஜங்கரண மென்றாக ஒன்பது கும்பகங்கள் ஹடரத்நாவளியிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. ஹடரத்நாவளியிற் கூறிய ஒன்பதாவது புஜங்கரணமென்னும். கும்பகம் யாதெனின், "கண்டத்தால் வாயுவைப் பூரித்துக் கண்டநாளத்திறைலேயவாயுவை இரேசித்தல், புஜங்கரணமெனும் ஒன்பதாவது கும்பக மெனப்படு" மென்பதாம்.

(அ-கை) இதுவுமது.

ஜயஹ்ரா தூ-ஂவ்வெ நாமா- ஸ்ணேஹ ஂகொவ்வெ நஸ்ரு
தெ | ஶியெயுவ்ஹிஶ்தாவெ நஹஸ்யா வ்ரூணொவ்வெ ஹ நா
ஶிமஃ॥ ॥சு॥

(இ-ள்) கண்டத்தைச் சுருக்கு (ஜாலந்தரபந்தத்தைச் செய்) தலாலும், விரைவாய் ஆகாசத்தைச் சுருக்கு (மூலபந்தஞ் செய்) தலாலும், நாபிப்பிரதேசத்தைப் பின்புறமாக இழுத்தலா (உட்டியானபந்தத்தினை) லும் (இம்மூன்று பந்தத்தையுஞ் செய்தலால்) பிராணவாயு பிரமரந்ரியென்னுஞ் சுழுமுனையை யடைகின்றது. எ-று.

இக்கே இது இரகசியம்:— ஶ்ரீ குருமுகமாக ஜிஹ்வாபந்தம் செவ்வையாயறியப்படின், ஜிஹ்வாபந்தபூர்வகமாகிய ஜாலந்தரபந்தத்தினாலேயே பிராணயாமம் சித்திக்கும். இல்லாவிடின், வாயுவினது பிரகோபத்தாலுண்டாகத்தக்கனவாகிய நாதசூலையும், தேகமெலிவு, முகத்தில் பிரசன்னத்துவமுதலிய சகல இலக்ஷணங்களுமுண்டாகின்றன. மூலபந்தவுட்டியானபந்தங்களிரண்டும் உபயோகமுள்ளனவல்ல; அவையிரண்டும் ஜிஹ்வாபந்தபூர்வகமாகிய ஜாலந்தரபந்தத்தினாலேயே வேறுவிதமாய்ச் சித்தித்தலால், ஜிஹ்வாபந்தத்தைத் தெரிந்துகொள்ளாவிடின், ஆகாசத்தை யிழுத்தலா லென்று கூறியவண்ணமாகிய பிராணயாமஞ் செய்யவேண்டும். மூன்றுபந்தங்களும் குருமுகமாகவே தெரியத்தக்கனவாம். மூலபந்தத்தைச் செவ்வையாகத் தெரியாவிடின் அது நாநாரோகங்களையுண்டாக்கும். அதெப்படியெனின், மூலபந்தஞ்செய்தலால் நாதசூலையும், நீரடைப்பும், அக்கினிமந்தமும், நாதமந்தமும், ஊட்டுப்புழுக்கையைப் போல மலமிறுகுதலும் உண்டாகும். அப்போது மூலபந்தம் செவ்வையாக அறியப்படவில்லை யென்றறிக. நாதபுஷ்டியும், செவ்வையாக மலசுத்தியும் ஜாடராக்கினி

யின் விருத்தியும், நன்றுப் நாதப்பிரகடனமும் உண்டாகுமாயின், அப்போது மூலபந்தம் செவ்வையாக அறியப்பட்ட தென்றறிக. (சசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுவாநநிஷ்வுழிஷ்யாவ) வாணாகுஞ்ஞாதியொந யெஸ் । யொகீஜ்ஞாவிஷ்கூஷ்வுவெடாஸாவ்வுவியொ ஹவெஸ் ॥ ॥ சன ॥

(இ-ள்). அபானவாயுவை மேலெழுப்பி ஹாரத்தை யிழுத்தலால், பிராணவாயுவைக் கண்டத்திற்குக் கீழ்பாகத்தில் எவன் கொண்டுபோகிறானே, அந்த யோகி (யோகாப்பியோகி) ஜராயி (மூப்பி) னின்றும் விடுபட்டவனாய்ப் பதினாறு வயதுள்ளவனாகின்றான். என-று.

"வெஸாகாரெதத்காதுவ்;" என்பவை (சரி-வதுமுதலிய சுலோகங்) களால் ஒரு அர்த்தமே நிச்சயிக்கப்படுகின்றது. என்றாலும் "வெஸாகாரெதத்காதுவ்;" என்பதனால் (சரி-வது சுலோகத்தால்) பந்தங்களின் காலமும், "காயஷ்டாத்காவெநந" என்பதனால் (சசு-வது சுலோகத்தால்) பந்தங்களின் சொரூபமும், "சுவாநநிஷ்வுழிஷ்யாவ)" என்பதனால் (சன-வது சுலோகத்தினால்) பந்தங்களின் பலமும் சொல்லப்பட்டதென்பது விசேஷம். ஜாலந்தரபந்தமும் மூலபந்தமும் செய்வதனால் நாபியை யூர்த்வ (பின்) பாகத்தில் இழுத்தலினால்படும் பந்தமாகிய உட்டியானபந்தம் உண்டாகின்றது. ஆதலால் இந்தச்சுலோகத்தில் உட்டியானபந்தம் சொல்லப்படவில்லை. அப்படியே ஞானேசுவரால் "மூலபந்தஜாலந்தரபந்தங்களாச் செய்தால் நாபியைப் பின்னிழுத்தலென்னும் பந்தம் (உட்டியானபந்தம்) தானே உண்டாகின்றது". என்று கீதையினது ஆறுவது அத்தியாயத்தின் வியாக்கியானத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (சன)

சூரியபதினெ.

(அ-கை) மொழாஹாவ சூரியவெஷ்ய மொழிகாம மொழஹிஜவெ । உஷ்ணகாரெவஸ்ரீயாய வாதிஷ்ய வாவெய்ய: ॥ க ॥ ஹரண்ய கர்ப்பஷ்ய சிரஹி ஹஸ்ய ஜெவெவ்ய வஜெஷ்வ சூரியவ: । ஸஸவம்ஸ்ய சூரஜ்ய சுபஜ்ய விஜயாரஜ்ஜயா ரண: ॥ உ ॥ ஸ்வஸ்திஷ்ரவ்யாஹ ப்ரதிஷ்டாவ்யாஹ நம்ஸ்ய ஜ: । சதுர்வேதவிதஸ்யாவஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஊ ॥ மொழஜெஹிஜவெ ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எ ॥ மொழாஹாவெ ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ கஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ உஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ எஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஐஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஒஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஓஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஔஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஓ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஔ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ அஃ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஆக ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஆஉ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஆஊ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஆஎ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஆஏ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஆஐ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்ய சுபஜ்ஜயா ரண: ॥ ஆஒ ॥ ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ்ஜெஷ்ட்ய ஸ்ரேஷ்ட்ய ஸ்ரீஸ்ய ஜ: । ஸ்ரீமஹாவிஷ்ணுஹஸ்ய சுபஜ்

சுபதூரதிருஷ்டிவாயுவாகவு ॥ ௧௧ ॥ சிஷ்டாசாரஸ்திரீயெஷ்வை
யூஷ்மாஸ்வஸ்தாரதிருஷ்டிர்யாகூசிம் । தத்ப்ரஷ்டவ்யஸ்தம்பெயுகுபுர
ஹாரதிவ்யதந்த்ரம் ॥ ௧௨ ॥ சஹ்யாஸ்வம்பெயுகுபுரீஷ்வரா
வுணசாரதிர்கிம் । சஹ்யாஸ்வாரதிஷ்டாத்ரீகிஷ்வராந்தம் சுபதூரதி
ஷ்டிதவாரிணா ॥ ௧௩ ॥ ஹ்யாகுவாஸ்திரவெயெஹிகர்ம் சு
சிபுஸ்வம்சுக்ஷவதிஷ்வரூபீம் । சியர்வாதெந்தவிகயா ஹர்ஷர்கிம்வி
ஜிஷ்ரதிர்வெராஜதம் ॥ ௧௪ ॥ சுபவீபுகயோகிநாவெர்திஷ வி
யர்ம்நகுசாவதந்த । வனுராம்வாவிஜுவம்ஹம்வா வெராஜதாவெ
வஹசுஷ்யெசு ॥ ௧௫ ॥ சுவிதுக்ஷவபுராதீஹ்வம்கி சுரம்பொஹ்ம்
ஷ்ராஹதம்கயா । வஷ்ணைபுராஷ்டிசுரம்ஸ்வம் வஷநாஹர்
வயொகிநா ॥ ௧௬ ॥ ஹகிவிஜ்ஞாதிவைவபுரகர்ம் ஷ்ராரவர்ம்
ஹஜ்ஜிதநஷ்டி । சுவிதுஷ்டநயஷ்வாத்ர கயொர்ஷீதிரவட்
வெஹதர்நா ॥ ௧௭ ॥ வெராஜநாநம்சுரம்சுபுரிஷ்ரக்ஷபர
ஷ்ராவிஜ்ரராகநம் । பொராணஸ்ரவணம்வாகி நாதிஷம்தீதுபு
நம்விஜ்ஹர்ஃ ॥ ௧௮ ॥ வாயம்வம்யர்வியிம்க்ருகுவா யொஹம்
வஷவ்புஷஹர்வுஷஷ் । யதாதிர்வடிகாஸ்ரிஷ்டிவிஷ்ணுஷ்ரிவிஷ்ணுர
ஹர்ராதிரோஷஷ் ॥ ௧௯ ॥ சுஹர்ராஷ்வாநஷ்ரேரம்சுயபுர வாயம்
ஷம்ர்யாஷஷ்டாவெ-ஷியஃ । சுயபுராதிக்ருஹ்ம்ராஹர்ராஷம் விஷ
யர்ராஷ்வஷவஷ்புஷ்டீ ॥ ௨௦ ॥ விவஸ்ரீகாம்கஷ்சுரணீம்வாயம்
சுரர்ராயபுராத்ரயொஃ । நாஹர்ரவிஷ்ஷ்ரஜநாஷ்டிஷர்ர்யபுர்ம்யகஃ
வாநவ்ரஸ்ரஹர்ரவிஷ ॥ ௨௧ ॥ யோகிகளுக்கு யோகம் சித்திக்
கும்பொருட்டு யோகாப்பியாசக் கிரமத்தைச் சொல்லுகிற
ன்:— விவேகியானவன் உஷக்காலத்திலா (அருணோதயத்திற்கு
முன்னே) வது அல்லது பிராதக்(அருணோதய) காலத்திலாவது
எழுந்து (க) இஷ்டதேவதையாகிய குருவை உள்ளத்தில் நி
னைந்து தலைவணங்கி, சௌசமும் தந்தசுத்தியும் செய்துகொ
ண்டு பஸ்ம(விபூதி)ஸ்நானம் செய்யவேண்டும். (உ) சுத்தமாகி

ய தேசத்திலிரம்மியமான மடத்தில் * மிருதுவாகிய ஆசனம் போட்டி அதிலுட்கார்ந்துகொண்டு குருவையும் ஈசுவரனையும் மனத்திற் செவ்வையாக நினைத்து, (க) கஉ (இன்று) என்ப தை முதல் பரமேசுவரப்பிரசாதபூர்வகமாகச் சமாதியும் அதின் பலமும் சித்திக்கும்பொருட்டு, ஆசனபூர்வகமாய்ப் பிராணயாம முதலியவற்றைச் செய்கிறேன் என்பதிறுதித் தேசகாலங்களைச் சொல்லி, விதிபூர்வகமாகச் சங்கற்பித்த இரத்தினங்கள் பிரகாசியாநின்ற ஆயிரம் பணமுடிகளால் பூமண்டலத்தைத் தாங்கியிருக்கும் நாகராஜ (ஆதிசேஷ)னுக்கு நமஸ்காரம் என்று பீடம் (ஆசனம்) சித்திக்கும்பொருட்டு அருகுகிய நாகேசனை நமஸ்கரிக்கவேண்டும். அதன்பின் ஆசனங்களை அப்பியசிக்கவேண்டும். சமமுண்டானால் கடைசியில் சவாசனம் அப்பியசிக்கவேண்டும். சமமில்லாவிட்டால் அப்பியசிக்கலாகாது. (ங) கும்பகத்திற்கு முன்போகமாக விபரீதகரணியை ஜாலந்தரப்பிரசாதத்தில்பொருட்டுக் கும்பகத்திற்குமுன் அப்பியசிக்கவேண்டும். (சு) பிராணயாமம் செய்யத் தர்மாங்கமாகிய ஆசனத்தைச்செய்து, கூர்மபுராணத்தின் சிவவாக்கியத்தின்படி யோகீந்திரர்முதலியோரை நமஸ்கரித்து, (எ) (கூர்மபுராணத்தில் சிவவாக்கியம்) சிஷ்டர்களுடன் யோகீந்திரர்களையும் விநாயகரையும் குருவையும் நமஸ்கரித்து யோகியானவன் என்னைத் தியானிக்கக்கடவன். (அ) அப்பியாசத்தில் சித்தாசனத்தைச் சேர்த்துப் பந்தபூர்வகமாக (†) முதலில் பத்துக்கும்பகங்கள் செய்யவேண்டும். பின் ஒவ்

---

* மிருதுவெனும் பதத்தைக்கொண்டு சிலர் இலவம்பஞ்சுமுதலியவற்றாற் செய்யப்பட்ட ஆசனங்களையுங் கொள்வர்.

† முதல் நாளில் (சூரியபேதினி, உஜ்ஜாயி, சீதளி, பஸ்திரியென்னும்) நான்கு கும்பகங்களையும் ஒவ்வொன்றிற்கும் பத்துக்கணக்காகவும் மறுநாளில் பதினைந்தும் மூன்றாநாளிருபத்தைந்துமாகத் தினத்திற்கு ஐந்து விருத்திசெய்யவேண்டுமென்று யோகதீபிகையிலும் யோகதண்டலியுபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

வொருநாளும் ஐந்தைந்து வதிகமாய்ச் செய்யவேண்டும். (௬) வகாக்கரசித்தமுடையவர்களால் என்படதுபரியந்தங்கும்பகங்கள் செய்யத்தக்கனவாம். யோகிந்திரர்கள் சந்திரசூரியர்களின் அப்பியாசத்தை முதலிற் செய்யவேண்டும். (௭) இதை விவேகிகள் அநுலோமப்பிரதிலோமம் (ஒழுங்குள்ளது ஒழுங்கில்லாதது) என்று கூறுவர். ஓரேபுத்தியாயு (வகாக்கரசித்தமுழு) ள்ளவன் பந்தபூர்வகமாகச் சூரியபேதனத்தைப்பியாசித்து, (௮) அதன்பின் உஜ்ஜாயினியையும், அதன்பின் சீத்காரியையும், அதன்பின் ஸீதலியையும், அதன்பின் பஸ்திரிகையையும் செவ்வையாயப்பியசிக்கவேண்டும். மற்றவற்றைச் செய்க, அல்லது செய்யாதிருக்க. (௯) முத்திரைகளைக் குருமுகமாகக் கேட்டுக் கிரமப்படி சேர்த்து அப்பியசிக்கவேண்டும். அதன்பின் பதுமாசனஞ் சேர்த்து காதாறுசிக்கனம் செய்யவேண்டும். (௰) ஆகாசவாகுசலை அப்பியாசத்தையும் ஈசுவரார்ப்பணம் செய்யவேண்டும். அப்பியாசத்தினின்று மெழுந்து (*) வெந்நீரால் ஸ்நானஞ் செய்யவேண்டும். (௰௧) ஸ்நானஞ் செய்து விவேகியானவன் நித்தியகர்மத்தைச் சுருக்கமாய் முடிக்கவேண்டும். மத்தியானத்திலும் அப்படியே அப்பியாசித்துக் கொஞ்ச மிளைப்பாறிப் போஜனஞ் செய்யக்கடவன் (௰௨) யோகிகள் பத்தியமாகவே சாப்பிடவேண்டும். அபத்தியம் ஒருநாளும் செய்யலாகாது. போஜனம் செய்தபின் வலமாவது இலவங்கமாவது தின்னவேண்டும். (௰௩) சிலர் கற்பூரமும் சோபனமாகிய தாம்பூலமும் இச்சிக்கின்றார்கள். பிராணயாமப்பியாசிகளுக்குச் சுண்ணப்பில்லாதது சிலாக்கியம். (௰௪) என்னும் இச்சிந்தாமணியின் வாக்கிய

(*) 'பிராதக்காலத்தில் ஸ்நானஞ் செய்தல் ஆருடயோகிக்கும் உருசிக்காது. அவசியமாயின் உஷ்ணஜலத்தால் ஸ்நானஞ் செய்யவேண்டும். குளிர்ந்த ஜலத்தால் ஸ்நானஞ் செய்யலாகாது. பிராதக்கால ஸ்நானம் அனிஷ்டமாம். மத்தியானத்தில் கண்டஸ்நானஞ் செய்யலாம்' என்பது மேலோரிமொழி.

ம் சிலரென்னும் பதத்தால் சுவாஸ்ய (சிலாக்கிய)ப்படவில்லை. ஏனெனின், அவ்விரண்டும் சீதோஷ்ணங்களுக்கு ஏதுவாயிருத்தலால். (கஅ) போஜனம் செய்தபின் மோரூசாஸ்திரங்களைப் பார்க்கவேண்டும். அல்லது புராணசிரவணமாவது, ஈசுவரநாம சங்கீர்த்தனமாவது செய்யவேண்டும். (கசு) சாயங்காலம் சந்தியாவிதியைச் செய்து, முன்போல் யோகமப்பியசிக்கவேண்டும். மூன்றுகாழிகைப்பொழுதிருக்க அப்பியாசம் செய்யவேண்டும். (உ0) அப்பியாசஞ் செய்தபின் சாயஞ்சந்தி சதா (எப்போதும்) விதிகளால் செய்யத்தக்கதாம். யோகிகள் அர்த்தராத்திரியில் முன்போல் ஹடாப்பியாசத்தைச் செய்யவேண்டும். (உக) விபரீதகாணியானது போஜனத்திற்குப்பின் சிலாக்கியப்படாதாகையால் சாயங்காலத்திலும் அர்த்தராத்திரியிலும் அப்பியசிக்கலாகாது. (உஉ)”

இனி (*) உத்தேசாநுக்கிரமமாகக் கும்பகங்களைச் சொல்லக்கருதி, அவற்றுள் முதலிற் சொல்லப்பட்ட சூரியபேதனத்தையும், அதன் குணங்களையும் கூறுகின்றார்.

சூஷவிநவ-வெதியொதீ வெஷ்வாவிவெவாஸநம கஃ। ஒகூநாயூர வஸாகூஷ்ய வெஷிஷ்டிவெ வநம ஸவிஃ॥ சஅ॥

(இ-ள்) [“(ஸ-வளவிதெஸ வ தீஷ்டாவ்)ஷ்டிஸ்ரஸாவ நாதநஃ। நாதய-ஹி கம நாகி நீவம விவெயாஜி நக-வொத்ர (ஸ்ரீ-சுபாவமாகவாவது சம்ஸ்காரத்தினாலாவது சுகியாகிய தேச(சுத்தமுள்ள இட)த்தில் குசம், மான்தோல், வஸ்திர மென்பவற்றை (ஒன்றன்மேலொன்றாக) விரித்த உயரமும் தாழ்வுமில்லாத தனது ஸ்திராசனத்தை ஸ்தாபித்து” என்று சொல்லப்ப

---

* உத்தேசம் பெயர்மாத்திரஞ் சொல்லுதல்.

ட்ட இலக்ஷணமுடைய ஸகாத்வ்தானத்தில் "ஸ-வாஸ ஹஸ்ஸ: ஸ-விஃஸதீ வஃஸிரஸ்ரீரஃ-சுகாசனத்திலிருப்பவனைச் சுகியாய்ச், சமமானகழுத்தும் சிரசும் சரீரமுள்ளவனாய்" என்னும் சுருதியினால் குசம் மான்றோல் வஸ்திரமென்பவற்றைக் கிரமமாக ஒன்றன்மேலொன்றாக விரிக்கப்பட்ட] சுகத்தைத் தருமாசனத்திலிருந்து, ஆசனத்வ (சுவஸ்திகம், வீரம், சித்தம், பத்மமுதலியவற்று ளொன்றையாவது அல்லது முக்கியமாயிருத்தலால் சித்தாசனத்தையேயாவது) சேர்த்து, அதன்பின் வலதுநாடி (பிங்கலை) யால் தேகத்திற்கு வெளியிலுள்ள வாயுவை மெல்லமெல்ல இழுத்து (பூரித்து). ஈ-று. (சூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸுகெஸாஃநவாஹ்ரஃவநிரோஸாவயிக-ஃஹமெக|
கதஃஸமெநஃஸவ்ருநாவ்யாரெவயிதவ்யஃஸமெநஃ ||

(இ-ள்) சிலைவனையிலும் நகம்வனையிலும் வாயுவின் நிரோதஅளவு உண்டாகும்படி கும்பிக்கவேண்டும். அதன்பின் மெல்லமெல்ல இடதுநாடி (இடைகலை) யால் வாயுவை இரேசிக்கவேண்டும். ஈ-று.

அப்படியானால் "ஹ்ரஸ்வ-ஜாவ்ரெணாயம் ப்ரதிகு வெஷ்ட-நிஷ்வஸெத் | தீர்கஹ்ரஸ்வப்ரதிகுவ்ருஷ்ட-ஸ்தீர்கஹ்ரஸ்வ கதிர்பவேத் | கபாலகுஹரம்ப்ராப்ய ப்ராணோவஹ்நிஸமீரணஃ | ஸுஷும்நாவாஹிநாஸ்தஸ்மாத்ப்ராணாயாமஸ்ததோபவேத் ||" என்னும் சுருதியினால் குசம் மான்றோல் வஸ்திரமென்பவற்றைக் கிரமமாக ஒன்றன்மேலொன்றாக விரிக்கப்பட்ட] சுகத்தைத் தருமாசனத்திலிருந்து, ஆசனத்வ (சுவஸ்திகம், வீரம், சித்தம், பத்மமுதலியவற்று ளொன்றையாவது அல்லது முக்கியமாயிருத்தலால் சித்தாசனத்தையேயாவது) சேர்த்து, அதன்பின் வலதுநாடி (பிங்கலை) யால் தேகத்திற்கு வெளியிலுள்ள வாயுவை மெல்லமெல்ல இழுத்து (பூரித்து). ஈ-று. (சூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸுகெஸாஃநவாஹ்ரஃவநிரோஸாவயிக-ஃஹமெக|
கதஃஸமெநஃஸவ்ருநாவ்யாரெவயிதவ்யஃஸமெநஃ ||

(இ-ள்) சிலைவனையிலும் நகம்வனையிலும் வாயுவின் நிரோதஅளவு உண்டாகும்படி கும்பிக்கவேண்டும். அதன்பின் மெல்லமெல்ல இடதுநாடி (இடைகலை) யால் வாயுவை இரேசிக்கவேண்டும். ஈ-று.

அப்படியானால் "ஹ்ரஸ்வ-ஜாவ்ரெணாயம் ப்ரதிகு வெஷ்ட-நிஷ்வஸெத் | தீர்கஹ்ரஸ்வப்ரதிகுவ்ருஷ்ட-ஸ்தீர்கஹ்ரஸ்வ கதிர்பவேத் | கபாலகுஹரம்ப்ராப்ய ப்ராணோவஹ்நிஸமீரணஃ | ஸுஷும்நாவாஹிநாஸ்தஸ்மாத்ப்ராணாயாமஸ்ததோபவேத் ||" என்னும் சுருதியினால் குசம் மான்றோல் வஸ்திரமென்பவற்றைக் கிரமமாக ஒன்றன்மேலொன்றாக விரிக்கப்பட்ட இப்பிராணன் உரோமத்துவாரங்களில் வெளிப்படும். அது தேகத்தைக் கிழித்துக் குத்துமுதலியவற்றையும் உண்டாக்கும். அதனால் இதைக் காட்டிலும் அப்போல் யமமாகும்

திருப்பவேண்டும். காட்டானை"கிக்கமுதலியவை கிரமமாகவ சமாகும். ஆகவே:எவுகிறவனது சொற்படிநடக்கின்றன.அவன் வார்த்தைபைக் கடக்கிறதில்லை. அப்படியே யோகிகளது இரு தயத்திலுள்ள இப்பிராணன் கிரமயோகத்தால் கிகித்தப்பியசி க்கப்பட்டதாய் விசிராந்தியை யடைகின்றது" என்னும் வாக் கியத்திற்கு விருத்தமாகுதலால், பிரயத்தினத்தால் கும்பகம் செய்யவேண்டுமென்று,எங்கேசொல்லப்பட்டிருக்கின்றதெனி ன், அப்படியன்று 'ஹ—த்திலுல் நிரோதிக்கப்பட்ட இப்பிரா ண்' என்னும் வாக்கியம் பலமாகச் சீக்கிரமாய்ப் பிராணஜயம் செய்வேன் என்னும் புத்தியாக ஜம்பிக்கும் அதிக அப்பியாச த்தில் ஆசக்தியுடையவனைப் பற்றியதாயிருத்தலாலும், காட்ட னையைப்போலவென்னும் திருஷ்டாந்தத்தின் மேன்மையாலு ம் அப்படியாகாது. இதனாற்றான், சூரியசந்திரர்களது அப்பி யாசத்தில் பூரித்து இயன்ற அளவு நிரோதிக்கவேண்டுமென் றும், நிரோதத்திலுல் என்றும் கூறியிருப்பது பொருந்துகின் றது. ஆகையால் கும்பகம் மிகப்பிரயத்தினபூர்வகமாகச் செ ய்யவேண்டும். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு கும்பகம் மிகுந்த பிர யத்தினமாகச் செய்யப்படுகின்றதோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு அ திலில் குணதிக்கியம் (குணமிகுதிப்பாடு) உண்டாகின்றது. எ வ்வளவுக்கெவ்வளவு தளர்ந்த கும்பக முண்டாகின்றதோ, அ வ்வளவுக்கவ்வளவு குணக்குறை வுண்டாகின்றது. இதில் யோ கிகளது அனுபவமும் பிரமாணமாம். பூரகமோ, வேகமாய்ச் செய் தாலும் தோஷமில்லாமையால், மெல்லவாவது வேகமாயாவது செய்யத்தக்கதாம். இரேசகம் வேகமாய்ச்செய்யின் பலங்குறை யும். ஆகையால் மெல்லமெல்லவே செய்யவேண்டும்; வேக மாய்ச் செய்யலாகாது, என்றிப்படி அதிகவிதமாய்க் கிரந்தகா ர் கூறியிருந்தலாலும் மெல்லமெல்ல இரேசிக்கவேண்டும்.

மெல்லமெல்லவென்று இரட்டித்துக்கூறியது 'மெல்லவே

இசேசிக்கவேண்டுமென்னும் தணிவின் பொருட்டாம். அது "வீஷுபெவவிஷுரெஉவிவிஷுறெநுவிவெஷாஷுயாரணெ। கயா ஷு வுஷாஷுறெநஷுவெஷுவாகூயுசிகூம் ஜிரஷுவுயுகெ ॥ வியப்பிலும், விசனத்திலும், இழிவிலும், தணிவிலும், தேற்றுதலிலும், உவகையிலும் ஒசோவாக்கியம் இட்டிதத்துச் சொல்லப்படின்றது" என்று கூறப்பட்டிருக்கின்றது. (௬௯)

(இ-ள்) இதுவுமது.

கூவாயுஷொயநூவாக தொஷுவும் கூயீறொஷு ஷூயுகு। வாநுஷுவாநுரிஷுகூாயுஷும் ஷுஷுபுஷுவெஷுநுஷி-ஷுதும் ॥ ॥ ஞ ॥

(அ-னை) காபாலசுத்தி செய்வதும், (எண்பதுவிதமாகிய) வாததோஷங்களைக் கெடுப்பதும், வயிற்றி லுண்டாகும் சிருமி தோஷங்களைக் கெடுப்பதுமாகிய இந்த உத்தமமான சூரியபே தனம் அடிக்கடி செய்யத்தக்கதாம். என்று. (ஈ)

உஜ்ஜாயினி.

(அ-னை) உஜ்ஜாயினியைக் கூறுகின்றார்.

ஷ-ஷொஷுஷுயஷிஷு நாஷீஷுஷுாஷிகூாஷுஷுவுஷுவெஷு நுஷுஷுஷுவெநுஷு। யயாஷுஷு திகுணாத்ஷு-ஷுஷுாஷுயாவயிஷுஷுஷு நுஷு | ஷுஷுவுஷுஷு கூ-ஷுஷுவெயெதாணுஷுவெஷுவெயிஷுஷுபாகுநுஷு ॥ ॥ ஙக ॥

(இ-ள்) வாணை மூடி (மூத்திரைசெய்துவெகாண்டு) கழுத்தும் முழுங்கு விருதயம்வரையிலும் வாயு பொருந்தும்படியாக இடை பிங்கலைகளால் வாயுவை ஆகருஷித்து (பூரித்து) முன்போல் [சூரியபோதனத்திற்குச்சரியாக 'சூவெகூஷுாஷுாநுஷுஷுாவுநிவெஷுாயாவயிகூ-ஷுஷுவெயெகு ॥" என்று (சூசூ-வதுசூலோகத்திற்) சொல்லியபடி] கும்பிக்கவேண்டும். அதன்பின் இடகாடியை விரேசிக்கவேண்டும். என்று. (ஈ க)

(அ-கை) உஜ்ஜாயினியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஶ்ரஷ்டஶ்ரோஷ ஹரஂகுணைஶ்ஹா நலுவிவயஂநப |
நாபீஜலொஶராயாதஂஶதஶொஷவி நாஶநஂ | ஶஹ
தாகிஷ்டதாகாயஂஜிஂஜாயஂராவ்யஂதஂஷஂஹகஂ ॥நுஉ॥

(இ-ள்) கண்டத்திலுள்ள கபமுதலிய சிலேஷ்மதோஷங்களைக் கெடுக்கின்றது. ஜாடராக்கினியை விருத்தி செய்கின்றது. நாடிகள், ஜலோதரம் (பருகப்பட்டநீரையுடையவயிறு) தேகத்திலுள்ள தாதுக்கள் என்று பிலற்றிலுள்ள தோஷங்களை நிவர்த்தி செய்கின்றது. நடந்துகொண்டும், நின்றுகொண்டும் உஜ்ஜாயினியென்னும் கும்பகமோ செய்யத்தக்கதாம். எ-று.

தஂ (ஓ) என்பது இதன்விசேஷமுடைமையைக் காட்டுகின்றது. உஜ்ஜாயியென்னும் பாடம். நடந்துகொண்டும் நின்றுகொண்டும்பந்தமில்லாததாய்ச் செய்யத்தக்கதாம். (நுஉ)

சீத்காரி.

(அ-கை) சீத்காரியென்னும் கும்பகத்தையும் அதன் விலாக்கியத்தையும் கூறுகின்றார்.

ஷீதாரஂகுயஂடாதயாவதி வாணைதெநவிஜ்ஜாஂ
ஹிஸாஂ | வனவஹ்யாஷயொமெநகாஶிவொஜிதீய
கஂ॥ ॥ நுக ॥

(இ-ள்) வாயினால் சீத்காரஞ்செய்து (உதடுகளின் இடையிற் சேர்க்கப்பட்ட நாக்கினால் சீத்காரம் செய்தல்பூர்வமாக வாயிலுறிஞ்சுதல்), நாசித்துவாரத்தினாலேயே இரேசகம் செய்யவேண்டும். இப்படி அடிக்கடி பழகும் யோகத்தால் (மிகுந்த ரூபலாவண்ணியத்தால் காமதேவ (மன்மத)னுக்குச் சமானமாகுதலால்) இரண்டாவது காமதேவனாகின்றான். எ-று.

ஸஹாரம்-வாயின் இயபு (சம்பந்தம்) நீக்குதற் பொருட்டு. வாயினால் வாயுவை வெளிவிடுதல் பலச்குறைவைச் செய்வதாயி

ருத்தலால், அப்பியாசத்திற்குப் பின்னும் அதைச் செய்யலா காது. கும்பகம் சொல்லாவிடினும், சீத்காரியைக் கும்பகமு டையதாக அறியவேண்டும். (ருக)

(அ-கை) இதுவுமது.

யொகி நீவகூ ஸாசா நஃஸ்ய வஹிஸ்ஸ்வாஸகாரகஃ।
நகும்பயா நதஸ்யாதி உதெநவாஹ்யஸ்ய ஜாயதெ॥

(இ-ள்) யோகினிசமூகங்களைச் செவ்வையாக அப்பியா சித்தவனும், பிரபஞ்சத்தின் உற்பத்திலயங்களுக்குக் கர்த்தாவு மாகின்றான். பசி, தாகம், நித்திரை, ஆலசியம் என்பவை உண்டாகிறதில்லை. எ-று.

ஆலசியம், காயசித்தங்களின் கௌரவத்தால், பிரவிர்த்தியி ல்லாமை. காயகௌரவம்(திண்மை) கபமுதலியவற்றாலும், சித் தகௌரவம் தமோகுணத்திறலு முண்டாகின்றன. (ருச)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹவெ தஸ்யாவதி ஹவ்யவஸ்வெதாவ உதவஜ்ஜதஃ ।
கவெ நவியி நாஸ தஸ்யாயொகீ ஹ்ரஹமிணொ யதி ॥ருஞ॥

(இ-ள்) தேகத்தின் சத்துவ (பல)மும் உண்டாகின்றது. இவ்வப்பியாசவித்தியால் யோகிந்தான் பூமண்டலத்தில் சகலஉப த்திரவங்களும் இல்லாதவனாகிறான். இது சத்தியமே. எ-று.

சீதலி.

(அ-கை) சீதலியென்னும் கும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜிஹ்வாமாவாய்யாகூஞ்சிவதெவதுதாஸ்யநயொ ।ஸ
நவிகுவதூணாமயாஸ்யாந வெயதெஸ்யநஸ்யீஃ॥

(இ-ள்) (பட்சியின் அலகைப்போல உதடுகளுக்கு வெ ளியில் நீண்ட)நாக்கினால் வாயுவைப் பூரித்து,முன்போல் (சூரிய பேதனம்போல்) கும்பகசாதனத்தை (வித்தானத்தை)ச் செய்து,

கல்ல விவேகியானவன் நாசித்துவாரங்களால் வாயுவை மெல்ல வே இழுக்கவேண்டும். எ-று. (நசு

(அ-கை) சீதலியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

மஂஉஏஹாஜிகாஂஉரோமாஂ ஜ்வரஂவிதோஷஂயாஂ
தூஷாஂ | விஷாஜ்ஜிஜீதலீ நாஜிகஂஹிலெயபஂநிஹந்தி
கபி ॥ ॥நள।

(இ-ள்) குன்மம் பிலீகமுதலிய ரோகங்களையும், சூதக் கையும், பித்தவிகாரங்களையும், பசியையும், தாகத்தையும், விஷங் களையும் சீதலியென்னும் இக்கும்பகம் கெடுக்கின்றது. எ-று.

பஸ்திரிகை.

(அ-கை) பஸ்திரா வென்னும் கும்பகம் பதுமாசனபூர்வ கமாகவே அநுஷ்டிக்கத்தக்கதா யிருந்தலால், அதன் ஆதியில் பதுமாசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

உளவெஂரஂவரிஹஂஸ்ஸாவ்ருஂஹெஹவாஜதலெஉ
ஹெ | வஜ்ரஹஂஹவெஜ்ஜதஂஹவ்ருவாவஜ்ரணாஂஹநஂ॥

(இ-ள்) இரண்டு தொடைகளின்மேலும் இரண்டு பாத ங்களையும் செவ்வையாக வைத்தல், பதுமாசனமாகின்றது. இ தை சகலபாவங்களையும் நாச்செய்வதாம். எ-று. (நஅ)

(அ-கை) பஸ்திரிகை யென்னும் கும்பகத்தைக் கூறுகின் றார்.

ஹஶ்ருகஜ்ஜஹஂவெய்யாஹஶிரீ வொஜ்ரஂஹஂயீஂ | உ-
வஂஹஂயஶ்ருயதெந வ்ராணஂவ்ரோஜ்ஜெந்ரவயெச ॥

(இ-ள்) கழுத்தும் வயிறும் சமமாய் வைத்திருக்கும் ஸ்தி ரபுத்தியுள்ளவன் செவ்வையாகப் பதுமாசனம்சேர்த்து வாயை மூடி, தேகத்திற்குள்ளிருக்கும் வாயுவைப் பிரயத்தினத்தோடு நாசியின் ஒருதுவாரத்தால் இழுக்கவேண்டும். எ-று. (நசு)

(அ-கை) இதேசகத்தின் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

யமாமமிஹ தக்ஷிணேவாமயா வயிஹவ்ய நாஸிகயா
நவரமயேவாவிஹ்ய தூரமாசாரயேத் । பூரயேத்
ரேசயேத்தது கும்பயேத்புன: பூரயேத்॥ ॥ ௧0,௭ ॥

(இ-ள்) இருதயத்திலும் கழுத்திலும் கபாலம்வரையிலும் வாயு பொருந்தும்படி இதேசிக்கவேண்டும். அப்படியே இருதயதாமரைவரையிலும் வாயுவை வேகமாய்ப் பூரிக்கவேண்டும். அதுபோல மறுபடியும் இதேசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் பூரிக்கவேண்டும். என்று. (சூத்.௭)

(அ-கை) மூன்கூறிய அர்த்தத்தில் திருவுட்டாக்நாக்ஷத்தைக் கூறுகின்றார்.

யவியேவவொஹகாரேண வஹ்னிவேவமநவாயு
தத் । தவியேவவஹ்னிமாருஹ்ய வாயுவேவ நயேபர ॥

(இ-ள்) எப்படிக்கரிகால்லைனல் திருத்தி வேகமாய்நுனைக்கப்படுகின்றதோ, அப்படியே தனதுசரீரத்திலுள்ள வாயுவைப் புத்தியினல் நுனைக்கவேண்டும். என்று. (சூத்.௭)

(அ-கை) இதேசபூரகங்களின் நிமித்தம் அப்பியசித்தலால் சாலனத்தின் (நுனைத்தலின்) அவதி(எல்லை)யைக் கூறுகின்றார்.

யதாஸ்ருதிரமவிஷ்டேன தேஹமேயுனைபரை
யெஸ் । யயாதாரலவிவ்ருத்யனுத்பிந்தன்ன தயாவபே-ர்

(இ-ள்) எப்போது தேகத்தில் இதேசபூரகங்களின் நிமித்தம் அப்பியசித்தலால் ஊபாசமுண்டாகின்றதோ, அப்போது எவ்விதமாக வாயுவினல் வயிறு இலகுவாய்ப் பூரணமாகுமோ, அவ்விதமாகச் சூரியநாடியினல் பூரிக்கவேண்டும். (சூத்.௭)

(அ-கை) பூரகத்திற்குப்பின் எது செய்யவேண்டுமென்ற

அதைக் கூறுகின்றார்.

யாமெ நூஷிகாoஷியு தஜு நீலூ oவி நாபூ ooo ।
வியிவ தூ oஷகூoகூ கூவாரெவயெஜிஜ பாதிஜo ॥ கூகூ ॥

(இ-ள்) நடுவிரல் சுட்டுவிரல்களோ விட்டு (மற்றப் பெருவிரல் மோதிரவிரல் சுண்டுவிரல்களால்) நாசியைத்திடமாகப் பிடிக்கவேண்டும். [அதாவது பெருவிரலால் வலது நாசியை யடுத்தியும், அநாமிகை (மோதிரவிரல்) கனிஷ்டிகை (சுண்டுவிரல்)களால் இடது நாசியை யழுத்தியும் மூக்கைத் திடமாகப் பிடிக்கவேண்டுமென்பது பொருள்.] விதிப்படிக் கும்பகஞ்செய்து சந்திரகாடியால் வாயுவை இரேசிக்கவேண்டும். எ-று.

பஸ்திரா வென்னும் கும்பகத்தின்பரிபாடி (மாதி)ரி யிதுவாம்:— இடதுநாசியை வலதுகையின் மோதிரவிரல் சுண்டுவிரல்களால்தடுத்து, வலது நாசியால் தூருத்தியைப்போல் இரேசகபூரகங்கள் செய்யவேண்டும். சிரமமுண்டான காலத்தில் அந்தநாசியிலேயே பூரகம்செய்து, அங்குஷ்டத்தால் வலது நாசியை நிரோதித்து, இயன்றளவு கும்பகஞ் செய்யவேண்டும். பின் இடதுகாடியிலால் இரேசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் வலதுநாசியை அங்குஷ்டத்தால் (பெருவிரலால்) நிரோதித்து, இடது நாசியால் தூருத்திபோல விரைவாய் இரேசகபூரகங்கள் செய்யவேண்டும். சிரமமுண்டானால் அந்த நாசியிலேயே பூரகஞ் செய்து, அநாமிகைகனிஷ்டிகைகளால் இடதுநாசியை நிரோதித்து, இயன்றளவு கும்பகஞ்செய்து பிங்கலையிலால் இரேசிக்கவேண்டும். இது ஒருவிதம்.

வாம (இடது) நாசியை அநாமிகைகனிஷ்டிகைகளால் நிரோதித்து, வலது நாசியால் பூரித்து, உடனே அங்குஷ்டத்தால் நிரோதித்து வாமநாசியால் இரேசிக்கவேண்டும். இப்படி நாலுமுறை செய்து சிரமமுண்டான காலத்து அதிலேயே பூரிக்கவேண்டும். பந்தபூர்வகமாகச் செய்து இடதுகாடியால் இரேசிக்க

வேண்டும். மறுபடியும் வலதுநாசியை அங்குஷ்டத்தால் நிரோதித்து இடதுநாசியால் பூரகம்செய்து, விரைவாய் இடதுநாசியை அநாமிகை கனிஷ்டிகைகளால் நிரோதித்துப் பிங்கலையால் குருத்திபோல இரேசிக்கவேண்டும். மறுபடியும் மறுபடியும் இப்படிச்செய்து, இரேசகபூரகங்களின் ஆவிருத்தியால் (பழக்கத்தால்) சரமமுண்டானால் இடதுநாசியாற் பூரித்து, அநாமிகை கனிஷ்டிகைகளால் பிடித்துக் கும்பகஞ்செய்து, பிங்கலையால் இரேசிக்கவேண்டும். இது மற்றொருவிதமாம். (கூடம்)

(அ-கை) பஸ்திரிகையின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

வாதபித்தஶ்லேஷ்மஹரஶ்சாக்நிவர்தநம் । கு-ம-உ
மீலைரோகக்ருமிப்லவநாஸநஹிதம் । ப்ரஹ
ந்நாடீ-விஶோஷணகரம் ஸுகஸாத்ரு நாஶநம் ॥ ॥ கூ ॥

(இ-ள்) இப்பஸ்திரிகை வாதபித்த சிலேஷ்மங்களைக் கெடுப்பதாயும், சரீராக்கினியை (ஜாடராக்கினியை) விருத்திசெய்வதாயும், சீக்கிரம் குண்டவியை விழிப்பிப்பதாயும், பவித்திரம் செய்வதாயும், சுகத்தைத் தருவதாயும், (மூன்றுதோஷங்களையும் கெடுப்பதாயிருத்தலால் எப்போதும் எல்லாவற்றிற்கும்) ஹிதமாயும், (பிரமத்தை யடைவிப்பதா யிருத்தலால்) பிரமதாடி யெனப்படுகின்ற சுழுமுனையின் முகத்தில் (மேற்பாகத்தில்) செவ்வையாயிருக்கும் கபமுதலியவடிவினதாகிய கடையை (பிராணவாயுவின் போக்கிற்குப் பிரதிபந்தமாயுள்ளதை) நாசஞ்செய்வதாயு மிருக்கின்றது. எ-று.

எல்லாக்கும்பகங்களும் எப்போதும் இதமுள்ளனவாயினும், உஷ்ணமாகிய சூரியபேதனம் உஜ்ஜாயினி யென்னுமிரண்டும் பெரும்பாலும் சீதளமுள்ளபோது இதமாம். சீதளமாகிய சீக்காரி சீதலி யென்னுமிரண்டும் பெரும்பாலும் உஷ்ணமுள்ளபோது இதமாம். சிதோஷ்ணசமமாகிய பஸ்திராவென்னும் கும்பகம் எப்போதும் இதமாம். சகலகும்பகங்களும் சகலரோகங்களை

யும் போக்குகின்றனைகளா யிருக்கினும், சூரியபேதனம் பெரு
ம்பாலும் வாதத்தைக் கெடுப்பதாயும, உஜ்ஜாயி பெரும்பாலும்
சிலேஷ்மத்தைக்கெடுப்பதாயும், சீத்காரிசிதலி யென்னுமிரண்டு
ம் பெரும்பாலும் பித்தத்தைக்கெடுப்பனவாயும் பஸ்திரையெ
ன்னும் கும்பகம் மூன்றுதோஷங்களையும் போக்குவதாயுமிருக்
கின்றனவென்று அறிக. பிமகாடிபிரமத்தை யடைவிப்பதாமெ
ன்பது ‘‘ஸ தம்விவேகாஹ்ரூஉபஸ்ருகாவ்ருஸ்ரோஸ்ரோம்ஜூயஜூந
மஹிநிர்ஹ்ரூவெதகூ । கபொஷுஜாயநஜீரகசுவிதிவிஷமு
நாஉதூஜிணேஷவம்தி ॥ இருதயத்தின் காடிகள் மூறுமென்
றுமாம். அவற்றுள் கபாலத்தைப்பேதித்துச் சென்றிருப்ப
து ஒன்று (சுழுமுனை). அதனுல் (அந்தகாடியினுல்) மேற்சென்
று அமிர்தத்துவத்தை (மாணவின்மையை) அடைகிறான். சு
ற்றிலுமுள்ள மற்றனைகள் பிராணனது கமனத்தில் நிமித்த
மாகின்றன (சம்ஸாரத்தையடையும் பொருட்டேயாகின்றன)’’
என்று கடவல்லிசுருதியிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சுரு)

(அ-னை) இதுவுமது.

ஸதிஜூரது ஸதி-ஹ ஏதம்ஜ்ரயிதுபவிஹிகரு । வி
ஸெஷ்டவிணைவகதுவ்ய ஹஜ்ஜாவ்யகரு-ரஹகரு॥

(இ-ள்) நிடமாய்ச் சரீரமத்தியில் (சுழுமுனையிலே) செ
ல்லையாயுண்டாகிய பிரமகிரந்தி விஷ்ணுகிரந்தி உருத்திரகிரந்தி
யென்னும் மூன்றுகிரந்திகளின் பேதத்தை விசேஷமாய்ச் செ
ய்வதாயுமிருக்கின்றது. இதனுலேயே இந்தப் பஸ்திரையென்
னும் கும்பகத்தை விசேஷமாகவே செய்யவேண்டும். அதா
வது பஸ்திரை அவசியம் செய்யத்தக்கதும், சூரியபேதன முத
லியனைகள் சேரிட்டபடி செய்யத்தக்கனவுமாம். எ-று (சுசு)

பிராமரீ.

(அ-னை) பிராமரீ கும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

வெமாஷ்டவைரகாஹ்யாமநாஷ்டாஹ்யாமீநாஷ்டா
ரேவகாம்சுசுந்தம் | யொமீத்ரஸ்ரஜாதிவஸிஹ்ராஸ்யொ
மாஜ்ஜிதேஜாதாகாகாவிதாநந்த்ரா ॥ கூன ॥

(இ-ள்) வைகமாய்ச் சப்தத்துடன் ஆண்வண்டின் நாதம் போன்ற நாதம்உண்டாகும்வண்ணம் பூரகஞ்செய்து, பெண்வண்டின் நாதம்போன்ற நாதமுண்டாகும்வண்ணம் மெல்லமெல்ல இரேசிக்கவேண்டும். இப்படி அப்பியாசிக்கும் அப்பியாசயோகத்தால் யோகிந்திரர்களது சித்தத்தில் ஆநிர்வாச்சியமாகிய ஆநந்தலீலையுண்டாகின்றது. எ-று.

பூரகத்தின்பின் கும்பகம், வண்டுகள் கும்பகமுடையன வாயிருத்தலிலேயே சிந்திக்கது; விசேஷமில்லாமையினாலும் சொல்லப்படவில்லை. பூரகஇரேசகங்களுக்கு விசேஷமிருத்தலால், அவை சொல்லப்பட்டன. (கூன)

பூர்ச்சை.

(அ-ஸை) மூர்ச்சையென்னும்கும்பகத்தைக்கூறுகின்றார்.

வொகாவிகமாயுகாவைப்யாஜ்ஜாயாமவிதி ॥
ரவியநமஉஷாநாவெப்யபிநாசமஷாவைவ்ய
ஷா ॥ கரஅ ॥

(இ-ள்) பூரகத்தின்முடிவில் மிக அழுத்தமாகிய ஜாலந்தரபந்தத்தைச்சேர்த்து மெல்லமெல்ல இரேசிக்கவேண்டும். மனைதமூர்ச்சிப்பிப்பதும் சுகத்தைத்தருவதுமாகிய இது மூர்ச்சையென்னும் பெயருடையதாம்- எ-று.

மனைத மூர்ச்சிப்பிப்பது என்பதனால் மூர்ச்சையில் விதேகத்தைத்தாண்டுதல் பூர்வகமாகிய பலம் சொல்லப்பட்டது.

பிலாவினி.

(அ-ஸை) பிலாவினியென்னுங் கும்பகத்தைக் கூறுகின்றார்.

சுகந்துவதிருதொரசரசுகாவஸரிதொரும்!
வயவயுமாயெடவிலவோ தூவதிகவடுவதுவகு ॥

(இ-ள்) சரீரத்திற்குள் பிரவர்த்திக்க (பூரிக்கப்பட்ட) வயிற்றிலுள்ள வாயுவால் நிரப்பப்பூரிக்கப்பட்ட வயிற்றையுடையவன் ஜலத்தின் ஆழத்திற்சென்றாலும் தாமரையிலைபோல் சுகமாக மிதக்கிறான். ஈ-று.

பிராணயாமபேதம்.

(அ-கை) இனிப் பிராணயாமத்தின் பேதங்களைக் கூறுகின்றார்.

பூரணயாகுலியாவெரொதொரொவவஸகுகும்ஹ
வகெரும் । வஹரிகரும்கெவலுஸ்ரூகி கும்ஹகொதிவியொ
கரும் ॥

॥ ஏ0 ॥

(இ-ள்) சரீரத்திற் சஞ்சரிக்கும் வாயுவைத்தடுத்தலென்னும் பிராணயாமம் இரேசகபூரககும்பகமென (*) மூன்றுவித

---

* "பிராணயாமம் இரேசகம் பூரகம் கும்பகம் சூனியகமென விவைகளாற் சொல்லப்படும்" என்று நாரதீயத்திலும், ஸௌரபுராணத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே கூறிய சூனியகமென்பது இந்தாலிலும் வசிஷ்டர்முதலியோராலும் கேவலகும்பகமென்னும் பெயரால் வழங்கப்பட்டிருக்கின்றது. அது "வொ ஹாஹ்வு ஹாவிஷ்யாகெவீயதகுயுரு ॥ உள்ளும் வெளியு மிருப்பனவாகிய இரேசகபூரகங்களை யதிக்கிரமித்து (விட்டு) த்தானையிருப்பது தான்காவதா (கேவல கும்பகமா).ம்" என்று பதஞ்சலியாலுஞ் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

மற்றோர் எண்வகைப் பிராணயாமம் அன்னபூர்ணோபநிஷத்திலும், வாசிட்டத்தில் புசுண்டர் கதையிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

அவ்விது வருமாறு;— (க-உ) வாயு நாசிநுனிமுதல் சிரசுவரையிலும் சிரசுமுதல் இருதயம்வரையிலுமாகச் செல்லுதல், இருவகை உபபூர்கமாம்.

மாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. கும்பகம் சகிதகும்பகம்

(கூ) அபானன் ஒடுங்கிப் பிராணன் இருதயத்திலுண்டாகாதிருக்கும் பூரணாவஸ்தை, உட்கும்பகமாம்.

(சு) இருதயத்தினின்றும் பிராணன் தோற்றுவதற்கு வாயு வெளி நோக்குதல் (சிரசுபரியந்தம் செல்லுதல்), உள்ளோசகமாம்.

(கூ-சு) வாயு சிரசுமுதல் நாசிநுனிவரையிலும், நாசிநுனிமுதல் வெளியிற் பன்னிரண்டங்குலம் வரையிலுமாகச் செல்லுதல், இருவகைப் புறப்பூரகமாம்.

(எ) பிராணன் ஒடுங்கி அபானன் துவாதசாந்தத்திலுண்டாகாதிருக்கும் பூரணாவஸ்தை, புறக்கும்பகமாம்.

(அ) வெளியிலிருந்தும் அபானன் தோற்றுவதற்கு வாயு உள்நோக்குதல், புறஓசகமாம்.

இருதயத்தினின் றுதித்து வெளியிற பன்னிரண்டங்குல அளவிலொடுங்கும் வாயு இரவியெனும் பிராணனும். துவாதசாந்தத்திலிருந்து உண்டாய் இருதயகமலத்திலொடுங்கும் வாயுமதியெனும் அபானனும். மேற்கூறிய பிராணாயானகதிகளில் நடக்கும்போதும் இருக்கும்போதும் கனவிலும் நனவிலும் எப்போதும் இடைவிடாது மனைதைச் செலுத்தினால், அப்போது நீண்ட ஆயுளும், பிராணன் ஒடுங்கி அபானன் உண்டாகாமலிருப்பதும் அபானன் ஒடுங்கிப் பிராணன் தோற்றாதிருப்பதுமாகிய மத்தியகத சிற்பரநிலை (ஜீவன் முத்தி) யுமுண்டாகும்.

அஜபை:— பூரகரேசகங்களைச் செய்யுங்கால் 'ஹம்ஸ:, ஸோஹம்' என்று நேராகவும் கலைகீழாகவும் பிரகாசிக்கிற அஜபாமந்திரத்தினால் தத்துவமசி யென்னும் மகாவாக்கியத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கும் ஜீவப்பிரமைக்கியம் அடிக்கடி சிந்திக்கப்படுகின்றது.

இந்த ஸோஹம் மென்னும் அஜபாகாயத்திரியை சுசுவராகாமத்தைப்போல் ஜபித்தல் சித்தசுத்திக்கு ஏதுவாம். வெகுகாலம்வரையில் ஜபஞ்செய்யின் விருத்தி அந்தர்முகப்படும். அப்போது சுவாசம் வெளிப்படுங்கால் ஸகாரத்தை (ஸோவென்பதை) யும், சுவாசம் உட்பிரவேசிக்குங்கால் ஹகாரத்தை (ஹம்மென்பதை) யும் தியானிக்கவேண்டும். இதை 'ஹகாரேணவெளியது ஸகாரேணவிசேத்:

கேவலகும்பகமென இரண்டுவித்தமென்பது யோகிகளது கொ
ள்ளை. எ-று.

ஹம்ஸஹம்வெகரூ3ம் 3ம்த்ரம்ஜீவொஜவெதிஸவ_ஹா ॥ ம
ரூவாகூரூத்ஹ்வ_ஹ்ரூயாம் விவரீதொஹவெஜ்ஜவெஃ | வொ
ஹம்வொஹஸிதிவ்ரவ்வொ3ம்த்ரயொஹஃஸஉவ்யெத ॥ ஸகா
ரஃவெவரீவ்வெரக்ரூகும்வஉம்வெதிநிஶ்ரிகம் | ஹகாரஃவ
ரவிஶஸவ்யூத்தகுஉம்வெதிநிஶ்ரிகம் ॥ ஸகாரம்யூயவெதஜ
ஜ்ஞ_ஹ_ஹ்ரூரொஹஸிஹவெஜ்ர_ஹ்வம் ॥ 'ஹகாரத்தால் வெளியிற்
சென்று ஸகாரத்தால் மறுபடியும் உட்செல்லுகின்றது. ஹம்ஸம்ஹம்
ஸமென்னும் இம்மந்திரத்தை ஜீவன் எப்போதும் ஜபிக்கிறான். குரு
வாக்கியத்தினால் (இம்மந்திர)ஜபம் சுழுமுனையில் விபரீதமாயுண்டாகி
ன்றது. அது ஸோஹம் ஸோஹமென்றடையப்பட்டதாய் மந்திரயோ
கமெனப்படுகின்றது'. ஸகாரம் கேசரி யெனப்படுகின்றது. தூவம்
பதமென்றும் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஹகாரம் பரமேசுவரனென்ற
ர். தத்பதமென்றும் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. ஸகாரத்தைத் தி
யானிக்கும் ஜந்து நிச்சயமாய் ஹகாரமேயாகின்றான்'. என்னும் யோகடீ
ஜம், யோகசூடாமணியுபநிஷத்து, யோகதத்துவோபநிஷத்துமுதலிய
வற்றுற் காண்க. இது அஜபாகாயத்திரியாம். இதற்கு முக்கியமாக நி
வர்த்தியுடைய சந்நியாசி அதிகாரியாவன். அது சோபாதிகதியானம்.
இவற்றுணின்றும் ஸகாரம்ஹகாரமென்னும் மெய்யெழுத்துக்களையும் நீ
க்கி எஞ்சிநிற்கும் 'ஓ3; என்னும் அக்ஷரத்தைத் தியானித்தல் நிரூபாதிக
மாம். 'ஓ3' 'ஸோஹம்3' என்னுமிவ்விரண்டு சப்தங்களும் பிரத்யகாத்
மாவோடு அபின்னமாகிய பிரமமென்னும் ஒரே அர்த்தமுடையன. சுத்த
மாயிருத்தலால் நிரூபாதிகமாயினும், 'ஓ3' என்னும் அக்ஷரத்தில் ஸகார
ம்ஹகாரமென்னும் உபாதிகளைச்சேர்த்தலால் 'ஸோஹம்3' என்னும் ச
ப்தமுண்டாகின்றது. ஆகையால் அது சோபாதிகமெனப்படுகின்றது.
இவ்வோங்காரத்தின் உபாசனைமாண்டுக்கியாதி உபநிஷத்துகளிலும் அ
ப்படியே விசாரசாகரம், பதார்த்தமஞ்சூஷாமுதலிய நூல்களிலும் வி
ஸ்தாரமாய்ச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

"ப்ராணஸ்ஸந்நிஹஸ்ஸர்வா யஸ்மாயஸ்ஸ்தி²தோ³ஹ்ருதி³ ப்ராயாயாமம். ஆகர்ஷணம். ஆகர்ஷணம்" என்று கோரக்கநாதரால் ப்ராணயாமலக்ஷணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது "வஹ்னிப்ரஸ்ருதி³ ஸ்வாஸ்ய பஸ்ய ப்ராணஸ்ய நிர்க³மாத் ॥ வயிற்றினின்றும் வாயுவை வெளியில் இரேசித்தல் (விடுதல்), இரேசகமாம்" என்று யாஞ்ஞவல்கியரால் இரேசகலட்சணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது "நிஷ்க்ரம்ய நாஸயாவாயுர்விஶ்வம்பூரண ஸம்ஸ்தி²தி: ரேசகஸ்ஸ்ய நாஸாயாவாயுர்விஶ்வம்பூரண ஸம்ஸ்தி²தி: ॥ நாசித்துவாரத்தால் வாயுமுழுவலையும் வெளியில் செலுத்திக் காற்றற் சூனியம்போல் நிரோதித்து, நிரோதிக்கப்பட்ட வாயு செவ்வையாக நிற்றல், இரேசகமென்னும் மகாநிரோதமாம்" என்பது இரேசகப் ப்ராணயாமலக்ஷணம்.

"யோ ஹ்யூர்த்⁴வ ஸ்ரவணாவாயோ ர்ஹ்ருத்³ரவ ஸமாஹரேத்॥ வெளியினின்றும் வாயுவை வயிற்றில் நிரம்பப்பூரித்தல், பூரகமாம்" என்பது பூரகலக்ஷணம். "யோ ஹ்யூர்த்⁴வ கண்டா²ணவ ஸ்தி²தாயாஶ்சக்ஷுர்ஜ்ஞாநாதி³ ஸர்வ ஸித்³தி⁴ கரஸ்ஸ்ம்ருத:॥ நாஸ்ஸாபுடத்தில் வரிஸையாயெழும் ஸகலஸித்திகளையும் ஸாதிக்கும் ஸாமர்த்தியமுள்ள வாயுவை நாசித்துவாரத்தால் மெல்ல இழுத்து, அந்தரமேலேயே எல்லா நாடிகளையும் நிரப்புவது எதுவோ, அது பூரகமென்னும் மகாநிரோதமாம்" என்பது பூரகப்ப்ராணயாமலக்ஷணமாம் "ஸ்வஸ்தா²ப்ய கும்ப⁴ ஸம்ஸ்தா²யா யாபூரணாகும்ப⁴கோ ஹ்யஸௌ॥ கும்பத்தைப்போல செவ்வையாய்ப் பூரித்து வாயுவைத் தரித்தல், கும்பகமாகின்றது" என்பது கும்பகலக்ஷணம். இக்கும்பகம் பூரகப்ப்ராணயாமத்திற்கு அபின்னமாம். பின்னமோ "நிர்க³மஸ்ய ரேசஸ்ய ஸ்வஸ்தா²ஸ்ய பூரகஸ்ய நாஸாபுடாந்தர்க³மஸ்ய ஸ்தி²தஸ்ய॥ ஸ்தி²ரஸ்ய யாயஸ்தத்க்ஷணே கும்ப⁴காவ்ய: ஸ்ம்ருதஸ்ஸ்ம்ருத:॥

இதில் இரேசகமுமில்லை. பூரகமுமில்லை. காசியிற் பொருந்தியுள்ள வாயுவைக் கிரமமாய் அசைவில்லாததாகச் செய்தலாகிய இதைக் கும்பகமென்று அறிஞர் கூறுவர்" என்பதாம். சகித மென்பதனால் வேறுவிதமாகப் பிராணயாமத்தை பிரிக்கின்றார். சகிதகும்பகமானது இரேசகபூர்வகம், கும்பகபூர்வகமென இரண்டுவிதமாம். அது "ரூவரயூவமபூவாகூயபூதவெவஸ ஹிதகூஒஹகூ॥ அந்தச் சகிதகும்பகம் இரேசித்தாவது பூரித்தாவது செய்யவேண்டும்" என்பதனாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அவற்றுள் இரேசகபூர்வககும்பகம் இரேசகப்பிராணயாமத்திற்கு வேறன்று. பூரகபூர்வககும்பகம், பூரகப்பிராணயாமத்திற்கு வேறன்று. கேவலகும்பகம் கும்பகப்பிராணயாமத்திற்கு வேறன்று. முற்கூறிய சூரியபேதன முதலியனைகள் பூரகபூர்வக கும்பகத்தின் பேதங்களென அறிக. (எ0)

(அ-கை) சகித கும்பகாப்பியாசத்தின் அவதி(எல்லை)யையும் கேவலகும்டகத்தின் இலக்ஷணத்தையும் கூறுகின்றார்.

யாவதெதவருஸிஜிஹவூரா தவஹிதகாவதஹவூவெஸ !
ரேவகஹவெரேகஹிகூ ஸஹவாயயாயாணா ॥
பூரணாயாசொகயிதவூகூஹவெவெகவருகூஹகூ॥

(இ-ள்) கேவலகும்பகத்தின் சித்தியுண்டாகும் வரையிலும் சூரியபேதாதி சகிதகும்பகத்தை யப்பியசிக்கவேண்டும். இரேசகபூரகங்களைவிட்டு வருந்தமுண்டாகாதபடி வாயுவைத் நிறுத்தல் எதுவோ, அந்த இதுவே கேவலகும்பகப்பிராணயாமமெனப்படும். எ-று.

சுழுமுனையைப் பேதித்தபிறகு எப்போது சுழுமுனைக்குள் கடசப்தங்கள் உண்டாகின்றனவோ, அப்போது கேவலகும்பகம் சித்திக்கின்றது. அதன்பின் சகிதகும்பகங்கள் பத்து அல்லது இருபது செய்யவேண்டும். என்பது எண்ணிக்கையளவாயில் கேவலகும்பகங்களிலேயே செய்யவேண்டும் சாமர்த்

நியமிருந்தால் கேவலகும்பகங்கள் எண்பதிற்குமேலும் செய்ய த்தக்கனவாம். (எக)

(அ-கை) கேவலத்தைப் புகழ்கின்றார்.

கூ-ம ஹகேகேவ ஹவிஜெ ரவஎ ரகவஜி ழெத ॥
நகவுஉ-ஹு ஹ ம கிம விதிஷ-யொகேஷ-விஉவெத ।
ஸகூஃகேவஹுகூ-ம ஹெந யயெஷ ம வாய-யாரணாச ॥
ராஜயொமவஉஹுவாவியுஹ மெதநா தலுஸ ம யஃ எகூ, ம ॥

(இ.ள்) இதோசக பூசகங்களில்லாத கேவலகும்பகம் சித்திக்குமாயின், அந்த யோகிக்கு மூன்று உலகத்திலும் அடைதற்கரிய தொன்றுமில்லை. (அவனுக்கு எல்லாம் சுலபமென்பது பொருள்). கேவலகும்பகாப்பியாசத்தால் சாமர்த்தியமுடையவன், இவ்விடப்படி வாயுவைக்கொள்ளுதலால், இராஜயோகபதத்தை யடைகிறான். இதிற் சமுசயமில்லை (இது நிச்சயமே). எ-று.

(அ-கை) கும்பகாப்பியாசம் பரம்பரையாய்க் கைவல்லியத்திற்கு வழியாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஹ ம ஹகா தூ-ம ஹஷ் வொய ஃ கூ-ணஷ் வொய வி தா
ஹவெஸ । ஸ நம ழுயாவ-ஷ ஜி ரா வ ஹ ம ஹவிஜி ரஷ் வொய வி தா ॥

(இ-ள்) கும்பகாப்பியாசத்தால் குண்டலியென்னும் சூ காரசக்திக்கு விழிப்பு (நித்திராபங்கம்) உண்டாகின்றது. குண்டலியின் விழிப்பால் சுழுமுனைநாடி, கபாலமுதலிய பிரதிபந்தங்களில்லாததாகின்றது. பிரத்தியாகாரமுதலிய பரம்பரையால் கைவல்லியவழிவமாகிய ஹடாப்பியாசத்தின் சித்தியுமுண்டாகின்றது. எ-று. (எச)

(அ-கை) ஹடயோக இராஜயோகங்களிரண்டும் ஒன்றற்கொன்று உபகாரியும் உபகாரகமுமாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஹ ம ஃவி நா ரா ஜயொ ஹி ரா ஜயொ ம ஃவி நா ஹ ம ஃ ॥

நஷியுகிகவிகாயஸ்ய சாந்விஷ்டெஃஸஹிஷ்ணவஃ ॥

(இ-ள்) ஹடயோக மின்றியில் இராஜயோகமும், இராஜயோகமின்றியில் ஹடயோகமும் சித்தியாது. ஆதலால் (இரண்டிலொன்றின்றிச் சித்தியாதாகலின்) இராஜயோகஞ் சித்திக்குமளவும் ஹடயோக இராஜயோகங்க * ளிரண்டையு மப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று.

ஜீவனத்திற்குச் சாதனமாகிய உழவில் ஜீவனசப்தம் பிரயோகிக்கப்படுவதுபோல, இங்கே ஹடயோகத்திற் கர்மியமான சாகஸாதி அல்லது பரப்பனையாகிய இராஜயோகசாதனத்தில் இராஜயோகசப்தம் பிரயோகிக்கப்படுகின்றது. நான்காவது உபதேசத்தில் சொல்லப்படும் உன்மனி சாமபவி முத்திரை முதலிய வழினது, அல்லது அபரோக்ஷானுபூதியிற் சொல்லப்பட்டிருக்கும் பதினைந்து அங்கவழினது, அல்லது வாகிய சுதையில் சொல்லப்பட்டிருக்கும் திருஷ்யாதிவித்தமுதலியவழினது, இராஜயோகசாதனமாம். (எடு)

(அ-னை) ஹடயோகத்தால் இராஜயோகத்தை யடையுங் கண்மையைக் கூறுகின்றார்.

கூர்மகபுராண ஸாயாதெ கூபதேஶிகம் விராஜயதி । வரவஶிஷ்டாவஸ்யாமெ ராஜயோகமவாப்நுயாத் ॥ ॥ எசு ॥

---

* "காமக்குரோதமுதலிய இத்தோஷங்களினின்றும் நீங்கிய அந்த ஜீவன் சிவனெனப்படுவன். ஆகையால் அந்தத்தோஷங்கள் நசிக்கும் பொருட்டு உனக்கு உபாயம் சொல்லுகிறேன்:— ஞானம் உபாயமா மென்று சிலர் சொல்லுவர். ஆதலால் இங்கே கேவலம் ஞானம் சித்தியைத் தராது. யோகமின்றிய ஞானம் இங்கே எப்படி மோக்ஷத்தைத் தருவதாம். யோகமும் ஞானமின்றியில் மோக்ஷகார்யத்தில் சாமர்த்தியமுடையதாகாது. ஆகையால் ஞானத்தையும் யோகத்தையும் முமுக்ஷுக்கள் திடமாயப்பியசிக்கவேண்டும்" என்று யோகசிகோபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) கும்பகத்திலுண்டாகும் பிராணநிரோதத்தின் மத்தியில் சித்தத்தை (அந்தக்கரணத்தை) நிராசியம் (ஆசையில்லாததாகச்) செய்யவேண்டும். அதாவது சம்பிரஞ்ஞாத சமாதியுண்டாகுங்கால் பிரமாகாரஸ்திதிக்கு அங்கியமானவைகளை வைராக்கியத்தால் விலயம்செய்யவேண்டுமென்பதாம். இப்படி அப்பியாசத்தின் யோகத்தால் (யுக்தியால்) இராஜயோகத்தை யடைகின்றான். என்று.

"யொமஸ்ஸைஹ வெநாவாய யுா நவமம கி யாக்ஷிவ-
யோகமென்பது கவசமுதலியன, உபாயம், தியானம், சேர்க்கை, யுக்தியென்பவற்றிற்குப் பெயர் என்பது அமரம் (நிகண்டு).

(அ-கை) ஹடசித்தியின் நூபக (அடையாள) த்தைக் கூறுகின்றார்.

வவ-ஹ்கூ ஜாகூம வஷிநவுவஹ கா நாஷ்ஷை-டகூம
கவெநவ-நிசுவெ|சவிராமகாவேஷ்ட-ஜயாசஹ்ஹீவ
நம நாபீவிஸ-ஜிஹூழ்வெபாமருக்ஷணழு ॥ ॥எஎ॥

(இ.ள்) தேகமெலிவு; முகமலர்ச்சி, நாதத்தின் பிரகடத்தன்மை, தேகத்தின் தெளிவு, ரோகமின்மை, விந்து (காது) ஜயம், உதராக்கினி தீபனம், நாடிசுத்தி யென்பவை ஹடயோக லக்ஷணமாம்.

(எஎ)

இரண்டாம் உபதேசம்.

முற்றிற்று.

மூன்றும் உபதேசம்.

(அ-கை) இனிக் குண்டலி சர்வயோகத்திற்கும் ஆசிரயமாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

ஸவிஸுவு நயா தீணாம யயாயாரோஹி நாய கூ | ஸவெடுஷாமயொமதஜ்ஞாணாம தயாயாரோஹி கூஜ்ஞை ||

॥ க ॥

(இ-ள்) மலை, காடு முதலியவற்றோடு கூடிய பூமிகளுக்கு எப்படி ஆதிசேஷன் ஆதாரமாயிருக்கின்றானே, அப்படியே யெல்லா யோகதந்திர (அப்பியாச)த்திற்கும குண்டலி ஆதாரசக்தி (ஆசிரயம்) ஆகும். என்று.

பூமி ஒன்றாயினும் தேசபேதத்தால் பேதமாவதைக்கொண்டு, அது பன்மையாகச் சொல்லப்பட்டது. குண்டலியின் விழிப்பின்றியில் சர்வ யோகோபாயங்களும் வியர்த்தமாகுதலால், அது அவற்றிற்கு ஆதாரமாகுமென்றார். (க)

(அ-கை) குண்டலி விழித்தலாலுண்டாகும் பிரயோசனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸுஷும்நாவாஹரூபவஹா ஸித்தயஸ்தாமதிகூஜ்ஞை |
தஸ்மாஸுஷும்நாயாணேவ தாரிதா யெஹ்யுதயோகிந॥ ॥உ॥

(இ-ள்) நித்திரைசெய்யும் குண்டலியானது குருப்பிரசாதத்தாலெப்போது விழிக்கின்றதோ, அப்போது சகல பதுமங்களும் * (ஆறு சக்கரங்களும்) பிரமகிரந்தி விஷ்ணுகிரந்தி உரு

---

* இவ்வாதாரங்களின் இலட்சணம் சட்சக்கர நிரூபணமுதலிய நூல்களிற் கூறப்பட்டிருக்கின்றது. அது இங்கே சுருக்கமாயெழுதப்படுகின்றது:—

த்திரிகரந்தி என்னும் மூன்று கரந்திகளும் பேதத்தை யடை
கின்றன. எ-று. (உ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஓணவஃஸமநுவதவீ தயாராஜவயாயதெ।த
ஏவிதந்நிராயம்வெம தஏகாயுவஸ்வளுநழ் ॥ ॥ கூ ॥

(க) யோனிஸ்தானத்திலுள்ள மூலாதார சக்கரம் இரத்தவர்ணமா கிய நான்கு இதழையும், வஶஷஸ என்னும் சுவர்ணமயமாகிய நான் கு வர்ணங்களையும் உடையதாம். இக்கமலத்தின் கர்ணிகையில் நாற் கோணமுள்ளதும், எட்டுச் சூலங்களாற் சூழப்பட்டதும், மஞ்சள்நிறமு ள்ளதுமான பூமண்டலமிருக்கின்றது. அதின் மத்தியில் நான்கு புஜங் களையுடையதும், கையில் வஜ்ராயுதத்தை யுடையதும், ஐராவதத்தி லேறியதுமாகிய பொன்னிறமான * ணம் என்னும் பூமிபீஜ மிருக்கின் றது. அப்பீஜமாகிய விந்துவின் மத்தியில் நான்குமுகங்களும் நான்கு புஜங்களு முள்ளவரும், தண்டம் கமண்டலம் அக்கமாலை அபயமென்ப வற்றைத் தரித்தவரும், இரத்தவர்ணமுள்ளவருமாகிய சிசுவடிவப்பிரமா விருக்கின்றார். அந்த இரக்தபதுமத்தில் இரக்தவர்ணமுள்ளதும், நான் கு புஜங்களுடையதும், சூலம், கட்வாங்கம், வாள், சஷகம் (பானபாத் திரம்) என்பவற்றைக் கையிலுடையதுமாகிய சக்கரத்தை நடத்தும் டா கினி சத்தியிருக்கின்றது. கர்ணிகையின் மத்தியில் மின்னல் வடிவமா கிய திரிகோணமிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் காமவாயுவும் இரத்த வர்ணகாமபீஜமு மிருக்கின்றது. அதன்பேரில் கருநிறமுள்ள சுயம்பு லிங்கமிருக்கின்றது. அதற்குமேல் மூன்றரை வலயவடிவமாயிருக்கும் குண்டலிசக்தி யிருக்கின்றது. அதன்மேல் இலிங்கத்தின்மீது தண் டாகாரமாக சித்தலை யிருக்கின்றது.

(உ) இலிங்கமூலத்திலுள்ள சுவாதிஷ்டான சக்கரம் மின்னலொளி ப்போன்ற விந்துவோடுகூடிய வ ஶ ஷ ஸ ர ஶ என்னும் ஆறு வர்ணங் களுள்ள சிந்தூரநிறமுடைய ஆறு இதழ்களையுடையதாம். அந்தக் கர் ணிகையில் அர்த்தசந்திரவடிவமாய் எட்டுத்தளங்களையுடைய வெண்ணி ற ஜலமண்டல மிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் பாசத்தைக் கையிலு டையதும் மகரவாகனத்தி லேறியதுமாகிய வம்மென்னும் அப்பு பீஜமி ருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் விஷ்ணு சதுர்ப்புஜராய், சங்கு சக்கர க

---

* ஶ என்னும் பீஜமென்றும் கூறுவர்.

(இ-ள்) சூனியபதவியெனும் சுழுமுனை பிராணவாயுவின் இராஜமார்க்கமாகு ஆசரிக்கப்படுகின்றது (சுகமாகப் போக்குச்சம்பவித்தலால்). அப்போது சிதகம் நிராலம்ப (நிர்விஷய) மா

தாபத்மதாரிபாய், பீதாம்பரராய், வனமாலை ஸ்ரீவத்சம் கௌஸ்துபம் என்பவற்றைத் தரித்தவராய்க் கருடாரூடராய், யௌவன வடிவராயிருக்கின்றார். அக்கர்ணிகையில் இரக்த பதுமத்தின்பேரில் கருநிறமும், நான்கு புயங்களும், மூன்று நேத்திரங்களும், வளைந்த பற்களுமுடைய பயங்கரமான ராகினி யென்னும் சக்தியானது வெள்ளையன்னம் இரக்தாரை யென்பவற்றிற் பிரியமுடையதாய்ச், சூலம் சங்கு உடுக்கை உளி யென்பவற்றைத் தரித்திருக்கின்றது.

(ஈ) நாபிஸ்தானத்திலுள்ள மணிபூரகம் மேகநிறமுள்ள ஃ ண தை ய ந வ ஸ ஷ என்னும் பத்து வர்ணங்களோடுகூடிய பத்து தளமுடையதாம். அக்கர்ணிகையில் திரிகோணவடிவமும், அத்திரிகோணத்திற்கு வெளியில் மூன்று சுவஸ்திகைகளோடு கூடியதும் இரக்தவர்ணமுள்ளதுமாகிய அக்கினிமண்டலமும் மிருக்கின்றது. (இங்கே மத்தியில் மேல்நோக்கிய நாலு வாயிலகளையுடைய இரண்டு ரேகை சுவஸ்திகை யெனப்பட்டது.) அதன் மத்தியில் சதுர்ப்புஜமுள்ளதும், வஜ்ஜிரம் சக்தி வரம் அபயமென்பவற்றைத் தரித்ததும், மேஷத்திலேறியுள்ளதுமாகிய ரம் என்னும் அக்கினிபீஜ மிருக்கின்றது. அதில் விருஷபாரூடரும், செந்நிறமுள்ளவரும், இரண்டு புஜங்களுடையவரும், வரம் அபயமென்பவற்றைத் தரித்தவரும், வெண்ணீறு வெண்மையான ஆபரண முதலியவற்றால் வெண்மையாக்கபபட்ட தேகமுடையவரும், விருத்தருமாகிய உருத்திரன் இருக்கிறார். கர்ணிகையில் இரக்தபதுமத்தில் மூன்று முகம் மூன்றுகண் நான்குபுயம் கோரப்பற்கள் என்பவற்றையுடையதும், நீலவர்ணமுள்ளதும், வஜ்ரம் சக்தி அடயம் வரம் என்பவற்றைத் தரித்ததும், இரத்தத்தோடுகூடிய கேசரான்னம் மாமிசமென்பவற்றை விரும்பியதுமாகிய லாகினியென்னும் சக்தி யிருக்கின்றது.

(உ) இருதயஸ்தானத்திலுள்ள அநாகதசக்கரம் உச்சித்திலகப் புஷ்பம்போன்ற சிந்தூரவர்ணமுள்ள விந்துவோடுகூடிய கு வெ ம வ ஹ உ ஊ ஜ ஸ ஹ ட ட ஂ என்னும் பன்னிரண்டு வர்ணங்களோடுகூடிய பன்னிரண்டு இதழ்களையுடையது. அக்கர்ணிகையில் புகைநிறமுள்ள அறுகோண வடிவமான வாயுமண்டல மிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில்

கின்றது. அப்போது (சித்தம் நிராலம்பமாகுங்கால்) காலனை வஞ்சி (கட) தகதக முண்டாகின்றது. என-று. (௯)

(அ-கை) சுழுமுனையின் பரியாயங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஸ-ஷ-ஸ்தாஸுஷும்நாவீ ப்ரஹ்மரந்த்ரமிதீரிதா: ।
ஸுஷும்நாமஸ்தகாதேவீ ப்ரவ்ருத்தா ஸோமமண்டலா ॥

கோடிமின்னல் ஒளிபோன்ற திரிகோணமிருக்கின்றது. அதின்மேல் கறுமானி லேறியதும், புகைபோன்ற கறுநிறமுள்ளதும். நாற்புயமுடையதும், அங்குசத்தைக் கையிலுடையதுமாகிய யம என்னும் வாயுபீஜமிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் இரண்டு புயங்களும் வராபயகரமும் திரிநேத்ரமுமுள்ள ஹம்சநிறமான ஈசனிருக்கின்றார். அக்கர்ணிகையில் இரக்த பதுமத்தின் பேரில் மஞ்சள்நிறமுள்ளதும், நான்குபுயங்களுடையதும், பாசம் கபாலம் வரம் அபயமென்பவற்றைக் கையிலுடையதும், மஞ்சள்வஸ்திரமுடுத்துச் சர்வாலங்காரத்தோடு கூடியதும், அமிர்தத்தால் நனைக்கப்பட்ட இருதயமுடையதும், சங்காளமாலை தரித்ததுமாகிய காகினி யென்னும் சக்தியிருக்கின்றது. மத்திய திரிகோணத்தில் அர்த்தசந்திர விந்துரூப மஸ்தகமுடையதும், காமத்தைக் கக்கும் பிரகாசமுடையதுமான சுவர்ணவர்ண பாணலிங்கமாகிய சிவமிருக்கின்றது. அதன்கீழ் மிக ஸ்திரமுள்ள தீபமொட்டு வடிவமான ஓம்ஸ்வரூபியாகிய ஜீவாத்மாவிருக்கின்றது. இக்கர்ணிகையின் கீழ் இரக்தவர்ணமுள்ள ஊர்த்துவமுகமாகிய அஷ்டதள (எட்டிதழ்ப்) பதுமமிருக்கின்றது. அதில் கற்பவிருக்ஷம், இரத்தினவேதி (மேடை), சந்திரன், சூரியன், கொடிமுதலியவற்றால் அலங்கரிக்கப்பட்ட மானசபூஜைக்குரிய ஸ்தானமிருக்கின்றது.

(ஙி). கண்டத்தினடியிலுள்ள விசுத்தசக்கரம் இரக்தநிறமான மகரந்தமுள்ளதும், இரக்தவர்ணமான அ ஆ இ ஈ உ ஊ ஋ ஏ ஐ ஒ ஓ ஔ வன அஂ கஂ சஂ டஂ தஂ பஂ யஂ ரஂ லஂ வஂ ஶஂ ஷஂ ஸஂ ஹஂ ளஂ க்ஷஂ எனனும் பதினாறு இதழ்களையுடையதுமாம். கர்ணிகையில் வட்டவடிவமாகிய வெண்ணிறமான ஆகாயமண்டலமிருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் திரிகோணமும் அதில் சந்திரமண்டலமுமிருக்கின்றது. அதன்மேல் வெள்ளைவஸ்திரமுடுத்ததும், நான்குபுயங்களுடையதும், பாசம் அங்குசம் வரம் அபயம் என்பவற்றை தரித்ததும், வெள்ளைநிறமுடையதும், வெள்ளையானையிலேறியதுமாகிய ஹம என்னும் ஆகாயபீஜமிருக்கின்றது. அதன்மத்தியில் இடபத்

(இ-ள்) சுழுமுனை, சூரியபதவி, பிரமரந்திரம், மகாபதம் (பெருவழி), மயானம், சாம்பவி, மத்தியமார்க்கமென்னு மிவை ஏகவாசகங்க (பரியாயங்க) ளாம். எ-று. (சு)

தின் பேரிலுள்ள மகாசிங்காசனத்தில் சதாசிவன் அர்த்தநாரீசுவராயிருத்தலால் பாதியங்கம் சுவர்ணநிறமும் பாதியங்கம் வெண்ணிறமுமாக விளங்குகிறவராய், ஐந்துமுகங்களும் மூன்று நேத்திரமும் பத்துப்புஜங்களுமுடையவராய், சூலம்,டங்கம்(கல்லுளி), வாள், வஜ்ஜிரம், எரி, நாகம், மணி,அங்குசம்,பாசம்,அபயம் என்பவற்றைப் பத்துக்கையிலுமுடையவராய்ப், புலித்தோலாடையுடுத்தவராய், சர்வாங்கமும் விபூதியணிந்தவராய், நாகாபரணசோபிதராய், அமுதத்தை யொழுக்கும் அதோமுகமாகிய பாதிப்பிறையைச் சூடியவராயிருக்கின்றார். இக்கர்ணிகையில் சந்திரமண்டலமத்தியில் இதன்பேரிலிருக்கும் ஸாகினியென்னும் சக்தியானது வெண்ணிறமும் நான்கு புயங்களும் பாசம் அங்குசம் சனுசு பாணமென்பவற்றையுடைய கைகளும் பீதாம்பரமும் ஐந்துமுகமும் மூன்று நேத்திரமு முடையதாயிருக்கின்றது.

(சு) புருவநடுவிலுள்ள ஆக்கிஞைசக்கரம் சித்திரவர்ணமுள்ள வம கூ என்னும் இரண்டு வர்ணங்களோடுகூடிய வெண்ணிறமான இரண்டு இதழ்களையுடையது. கர்ணிகையின் மத்தியில் சுக்காரத்தைச் செலுத்தும் ஹாகினி சக்தியானது வெண்ணிறமுள்ளதாயும், செந்நிறமான ஆறுமுகங்களும் மூன்றுநேத்திரமும் ஆறுபுஜங்களு முடையதாயும், வரம் அபயம் அக்கமாலை கபாலம் உடுக்கை புத்தகமென்பவற்றைத் தரித்ததாயும் சுக்கிலபதுமத்தின் பேரிலிருக்கின்றது. அதற்குமேல் திரிகோணத்தில் மின்னல் வடிவான வெண்ணிறமுள்ள இதயவென்னும் இலிங்கமிருக்கின்றது. அதற்குமேல் திரிகோணத்தில் பிரணவவடிவமாகிய அந்தராத்மா தீபத்தைப்போன்ற ஜோதியாயிருக்கின்றது. அதன் நான்கு திக்குகளிலும் அந்தரிக்ஷ(ஆகாய)த்தில் பொறிபிம்பங்களாற் சூழப்பட்டதும் எரிகின்ற விளக்குப்போன்ற தனது தேஜசால் மூலமுதல் பிரமரந்திரம்வரையிலும் பிரகாசிப்பதுமாகிய ஜோதியிருக்கின்றது. அதன்பேரில் சூட்சுமவடிவமாகிய மனமிருக்கின்றது. அதன்பேரில் சந்திரமண்டலத்தில் சக்தியோடுகூடிய ஹம்ஸமாகிய பரமசிவமிருக்கின்றது. இதற்குமேல் காரண அவாந்தரசரீரம் சகளநிரதளகமலமுதலியவற்றின் ஸ்தானம் சொரூபமுதலியன சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இவ்வாறு ஆறுதாரங்களின் இலக்ஷணம் சொல்லப்பட்டது. இதை விசேஷமாயறியவிரும்புவோர் ஷட்சக்ரநிரூபணமுதலிய நூல்களிற் காண்க.

(அ-கை) இதுவுமது.

கஷ்டாகவுபயதந்த வுவைரயயிகஃதீஷ்வரீ ।
ஜ்ஞாநாரம்பவைலஃவ்யாம்பிஃஉராஹ்மாவம்வஸிரவிரஸ்॥

(இ-ள்) ஆகலால் (குண்டலிபோதத்திலேயே கஷட்சக்ரபேதமுதலியவை யுண்டாகின்றமையால்) முழுமுயற்சியோடும் பிரமத்துவாரத்தின் (சச்சிதானந்தகூடணப் பிரமத்தை யடைதற் குபாயமாகிய சுழுமுனையின்) முகத்தில் [சுழுமுனை வாயிலை முகத்தால் மூடிக்கொண்டு] நித்திரைசெய்யுமீசுவரியாகிய குண்டலினியை விழிப்பிக்க மகாமுத்திரை முதலியவற்றைச் செவ்வையா யாசரிக்கவேண்டும். எ-று. (ஈ)

முத்திரை.

(அ-கை) முத்திரைகளின் பெயர்களைக் கூறுகின்றார்.

மஹாமுத்ராமஹாபந்தோ மஹாவெயஸ்துவெஸரீ ।
உட்டியாநம்மூலபந்தோ ஜாலாந்தராபிதாயகஃ॥ க
விபரீதகாவ்யா வஜ்ரோலீஸக்திசாலநம்॥ ॥சுரு।

(இ-ள்). மகாமுத்திரை, மகாபந்தம், மகாவேதம், கேசரி, உட்டியானம், மூலபந்தம், ஜாலாந்தரபந்தம், விபரீதகரணி, வஜ்ரோலி, சத்திசாலனம் என்னுமிவை * முத்திரைகளாம். எ-று.

(அ-கை). முத்திரையின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜமஃஸ்ரீ-உராமுஸகஃஜராமிரணநாஸநம்॥ ॥ எ ॥

---

* இம்முத்திரைகள் சாண்டில்யம் தியானபிந்து யோகசூண்டலி யோகசூடாமணி யோகதத்துவமுதலிய உபநிஷத்துக்களிலும், சிவசம்ஹிதை கோரக்ஷசம்ஹிதை முதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. வாசிட்டத்திலும் "அபானனைச் சுருக்குதலும் பிராணனைத்தடுத்தலும் அண்ணாக்கின்மேல் நாக்கை வைத்தலும் யோகசாதனமாம்" என்னும் வாக்கியத்தால் கேசரிமுத்திரை சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

சூஷி நரயோஷி தஸ்வயம்விஷ்வபுரு ஷாயகுரு । வ
ஷ்ணவஸ்வபுவிஷ்ணு ரூப ஓஷதிஷு சந்த்ரமா ॥ ஷ ॥

மொஷதீடம்பு யதி நடயாஸ் தகரம்பகம் । கவ்ய
ஸ்வி ஸ்வ நஸ்வ ஸ்வயம் கரவ்ஸ்வ ரகடயா ॥ ॥ கூ ॥

(இ-ள்). இப்பத்து முத்திரைகளும் ஜாமரணங்களைப் போக்குகிறனவைகளாயும், ஆதிநாதரால் சொல்லப்பட்டனவைகளாயும், திவ்விய (உத்தம) மாயும், அணிமாதியஷ்டைசுவரியங்களைத் தருகின்றனவைகளாயும், கபிலாதி சகலசித்தர்களுக்கும் பிரியமுள்ளனவாயும், தேவர்களாலும் அடைதற்கரியவாயுமிருக்கின்றன. இவை இரத்தினங்களின் சிமிழைப்போல மிகுந்த பிரயத்தினத்தால் பாதுகாக்கத்தக்கனவாம். குல்ஸ்திரீ சங்கமத்தைப்போல ஒருவருக்கும் சொல்லத்தக்கனவன்று. எறு.

அஷ்ட ஐசுவரியங்களாவன:— அணிமா, மகிமா, கரிமா, இலகிமா, பிராப்தி, பிராகாமியம் ஈசித்துவம், வசித்துவம் என்பனவாம்.

அவற்றுள், சங்கற்பமாத்திரத்தால் பிரகிருதியை (சுபாவத்தை) க்கெடுத்தலால் பரமாணுவைப்போல தேகம் சூக்ஷுமமாதல், அணிமா. பிரகிருத்தியைப் பூரித்தலால் ஆகாயாதிகளைப்போல தேகம் பெரிதாதல், மகிமா. மிக இலகுத்துவமும் (எண்மையு) டையனவாயிருக்கும் பஞ்சுமுதலியவை மலைமுதலியவற்றைப் போல குருத்துவமும் (திண்மையு) டையவாதல், கரிமா. மிகக் குருத்துவமுடைய பர்வதமுதலியவை பஞ்சுமுதலியவற்றைப் போல இலகுத்துவமுடையவாதல், இலகிமா. சகலமும் முன்னிற்றல், பிராப்தி. அது பூமியிலிருந்துகொண்டே விரல்நுனியால் சந்திரனைத்தொடுதல்போல. இச்சித்தபடி முடித்தல், பிராகாமியம். அது ஜலத்திற்போல பூமியிலும் முழுகியெழுப்புதல்முதலியன. பூதபௌதிகங்களைச் சிருஷ்டித்தல் திதித்தல் சங்காரித்தலாகிய விசேஷசாமர்த்தியம், ஈசித்துவம். பூ

தடைபடுகங்காச் சுவாதீனம் (வசம்) செய்தல், விரித்துரைத்தல்.

மகாமுத்திரை.

(அ-னை). பத்துவிதமுத்திரைகளில் முதலிற் கூறியிருக்கும் மகாமுத்திரையை முதலிற் கூறுகின்றார்.

வாமபதம் நவாவித்ய மாதிமவம்வீர்ய முகுதிரண:।
வ்யூஹாரிகம்வஹந்சூக்ஷ்மாகுரோமேரோரயாரபத்ரயம்॥

(இ-ள்). சுருக்கிய இடது காற்குதியால் யோனியைச் செவ்வையாய்ப் பிடித்து, வலது காலை நீட்டிப் பூமியில் செவ்வையாய்ப் பொருத்தி, விரல்களை நீட்டிக் கைகளால் (சம்பிரதாயத்தாற் சுருக்கிய சுட்டு விரல்களால்) திடமாகத் தாற்பரூவிரல் களைப் பிடிக்கவேண்டும். என்று. (க).

(அ-னை). இதுவும்.

கண்ணவையம்ஸிரவ்ய யாரபெயாசிஷ்யூ
தஃயயாஷ்ணஹ தஃஷவெஷாஷ்ணாகாரபூவ ஜாயதே॥

ஜீஜீஹ்ம தாகயாஸஸ்திஃ கண்ணாஸ்ஷஹவா ஹவிஷ்ய ।
தஷாஷாசிரணாவஸ்யா ஜாயதே கேஷிவாடாரபூடா ॥கூ॥

தகஃஸவிநஸ்ரவிந ரவ ரவபவிவிஷவிவ
கஃ। சிஹாசிஷாரஃவிதவி நவ வதஃகிவிவாயாத்
சிஃ। ஐயஃவெஷாசிஹாசிஷாரசிஹாவிவிஜஃ வாதபி
தா ॥ ॥ கூ ॥

(இ-ள்) கண்டத்தில் பத்மனம் செய்து அதாவது ஜாலந்தரபந்தம் செய்து வாயுவை மேலே (சுழுமுனையிற்) கொள்ள வேண்டும். தடையின்றி ஓடிக்கப்பட்ட பாம்பு எப்படிக் கண்ட வடிவமாகின்றதோ, அப்படி குண்டலியென்னும் மகாசக்தி சீக்கிரமாகவே சாளமா (கிரிர்) கின்றது. அப்போது இடை பிங்கலைகளை ஆசரயித்திருக்கும் மாணவஸ்னாடியின்ற

கு. அநன்பின் வாயுவை மெல்லமெல்லவே இரேசிக்கவேண்டும். வேகமாயிரேசிக்கலாகாது; பலங்குறையுமாகலின், இந்த மகாமுத்திரை மகாசித்தர்களாகிய ஆதிநாதர் முதலியோராற் காட்டப்பட்டதாம். எ-று.

வாயுவை மேலே கொள்ளவேண்டுமென்பதனால் மூலபந்தம் சூசிப்பிக்கப்பட்டது. அதுவோ யோனியைப் பிடித்தலாலும் ஜிஹ்வாபந்தத்தினாலும் செய்யப்பட்டதாமென்று சம்பிரதாயமுடையோர் கூறுவர். குண்டலி விழித்துக்கால் பிராணன் சுழுமுனையிற் பிரவேசித்தலால், இரண்டும் பிராணவிர்யகத்தை யடைதலின், இடைபிங்கலைகளை யாசரயித்திருக்கும மரணபயமில்லை யென்றார். (கக-கஉ-கூ)

(அ-ஸ) மகாமுத்திரை யென்னும் பெயர்ப்பொருளைக் கூறுகின்றார்.

உஹ ஸ்ரீகுரூபதேஷ்டா கூடிபதிஸ்ரீமஹாகுரவே!
நமோஸ்து தவ ஸர்வேஷ வஜ்ரஸித்யை நமோநம: ॥

(இ-ன்) அவிந்தகமுதலிய பஞ்சக்கிலேசமுதலியனவும் அவற்றின் காரியமாகிய சோக மோகமுதலியனவுமாகிய மகாகிலேசங்களும் மாணமுதலியனவுமாகிய ரிதாவஸ்தைகளும் பாணமுதலியனவும் கசிக்கின்றன. இதனாற்றான் இதை மகாமுத்திரையென்று விசேஷ நாமத்தைக் கடவுள்கள் கூறுகின்றனர். எ-று.

மகாகிலேசங்களும் மாணமுதலியனவுமாகிய ரிதாவஸ்தைகளை முத்திரிப்பது (சமிப்பது-விகடிப்பது) மகாமுத்திரையாமென்பது, பதப்பொருள். (கச)

(அ-னை) மகாமுத்திரையை யப்பியாசிக்குந் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

உஹ ரவிமதல ஸஹஸ்ரபத்ரே ஸகேஸரகர்ணிகமே நரஹ்ருதிஸ்தே|
பாவயதி யுகளரூபே கிரணாதி-ஷ்டாரமவிஸேஷ-ஷ்டரமவிஸேஷ ॥

॥ கஞ ॥

(இ-ள்) சந்திரகாடியால் உபலக்ஷிக்கப்பட்ட வாமாங்கத்தில் செவ்வையாயப்பியசித்து, மறுபடியும் இடது அங்கத்தில் செய்த கணக்களவு சூரியகாடியால் உபலக்ஷிக்கப்பட்ட வலது அங்கத்தில் அப்பியசிக்கவேண்டும். கணக்குச் சரிப்பட்டவுடன் முத்திரையை விடவேண்டும். எ-று.

இதில் இது நியமமாம்:— காலை மடித்து இடது குதியை யோனிஸ்தானத்தில் சேர்த்து, வலதுகாலை நீட்டி அதன் பெருவிரலைக் கைச்சுட்டுவிரலாற் பிடித்துக்கொண்டு அப்பியசித்தல், வாமாங்காப்பியாசமாம். இவ்வப்பியாசத்திற் பூரித்த வாயு வாமாங்கத்தில் நிற்கும். காலை மடித்து வலது குதியை யோனிஸ்தானத்திற் சேர்த்து, இடதுகாலைநீட்டி அதன் பெருவிரலைக் கைச்சுட்டுவிரலாற் பிடித்து அப்பியசித்தல், வலது அங்க அப்பியாசமாம். இவ்வப்பியாசத்திற் பூரித்த வாயு வலதங்கத்தில் நிற்கும்.

(க(ஙி))

(அ-கை) மகாமுத்திரையின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

கதிவபு: சிவபூ⁰வ: ரவாஃலவெ²கவி நீர வாஃ | சுவிஷ-க்ஷ⁰ விஷ⁰வொர⁰ வீயமுஷ நிவஜீபு தி ॥

॥ கசு ॥

(இ-ள்) மகாமுத்திரையை அப்பியசிப்பவர்களுக்குப் பத்தியாபத்திய விசாரமில்லாமையால், சாப்பிட்ட கசப்புப்புளிப்பு முதலிய சகல ரசங்களும், இரசமற்ற பதார்த்தங்களும் ஜீரணமாகின்றன. சாப்பிட்ட அன்னம் கோரமாகிய விஷமாகிலும் அமிர்தம்போல ஜீரணமாகின்றது. (எனின், மற்றவைகளுக்குக் கேட்பானேன் என்பது தாற்பரியம்) எ-று. (கசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

சூ²யக-ஷ்ட²ஹ-ஊ⁰ரு கு² ஹ-யுக்³ரீண² ப-ரொ⁰மஃ | கவ்ரு²ரஷ்டா²க்ஷ்யயோ³கி³ மஹாஃ-உ⁰ரஜ-யொ²ஸ்து வெஸ ॥

॥ கஎ ॥

வடபோகப்பிரதீபிகை.

(இ-ள்) மகாமுத்திரைகளை யப்பியசிப்பவன் எவனை அவனுக்கு சுகயம் (இராஜபோகம்), குஷ்டம், மூலம், குன்மம், அஜீரணத்தாலுண்டாகும் மகோதரம் சுரமுதலியனவுமாகிய நோய்கள் நசிக்கின்றன. என்று. (கள)

(அ-கை) மகாமுத்திரையை முடித்து, அது இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாமென்பதைக் கூறுகின்றார்.

கயிஇ கபஂஇஹாஇ-உ ரி ஹிஹாவஸிஜிகாரா நுணாழ் |
மொவதீயா லுபவித்த நமெயோடவ்வு கவ்வுவிஸ ||

(இ-ள்) அப்பியாசிக்கும் புருஷர்களுக்கு மகாசித்தியைத் தரும் இம்மகாமுத்திரை என்றற் சொல்லப்பட்டது. இது பிரயத்தினத்தால் இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கதாம். அதிகாரிகளல்லாதார் பொருவருக்குந் தரத்தக்கதன்று. என்று. (கஅ)

மகாபந்தம்.

(அ-கை) மகாபந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

வாவதி-ழ்வஸிஹ்வாஉஸ்வு யொநிஸ்வாநதியொ
ஜயெஸ | வாசொஸகுவஸிஹ்வஸ்வாவு உகுஷிணஸ்வாணை
ஹயொ || ॥ கக ॥

(இ-ள்) இடதுகாற் குதியை யோனிஸ்தானத்தில் சேர்த்து, இடது தொடையின்மேலில் வலதுபாதத்தைச் செவ்வையாய் வைத்து. என்று. (ககூ)

(அ-கக) இதுவுமது.

வகுஸயிகுவாகதொவாயஂவ ஹுஉயெவஂவெஂகஂவுழ |
நிவீயுவாயஂசகுஂஸ்வு மிநாஜியுநியொஜயெஸ ||
॥ உ0 ॥

(இ-ள்) அதன்பின் வாயுவைப் பூரித்து, மோவாய்க்கட்டையை இருதயத்தில் செவ்வையாய் ஸ்தாபித்து, யோனிஸ்தா

ன (ஆகா)த்தைச் சுருக்கி மனைத மத்தியகாடியிற் சேர்க்க வேண்டும். எ-று.

மோவாய்க்கட்டையை இருகயத்தில் வைத்து என்பதனால் ஜாலந்தரபந்தமும், யோனிஸ்தானத்தைச் சுருக்கி யென்பதனால் மூலபந்தமும் சூசிப்பிக்கப்பட்டது. அது ஜிஹ்வாபந்தத்தாற் செய்யப்பட்டதாயிருத்தலால் செய்யவேண்டியதில்லை ( )

(அ-கை) இதுவுமது.

யாரயிகுரயோஸுதி ரொவியஉதிஜ்ஸ்ஸவெதஃ | வ
வ்யூரஃமெத-ஸகிஹ்யுவ்வு உகூரஃமெவ-நரஹ்யுவெஷு||

(இ-ள்) இயன்றமட்டும் கும்பித்து மெல்ல மெல்ல வாயுவை இசேகிக்கவேண்டும். இடது அங்கத்திலே செவ்வையாயப்பியசித்து, மறுபடியும் வலது அங்கத்திலும் அதற்குச் சரியான கணக்கு வருமளவும் அப்பியசிக்கவேண்டும். எ-று. (உக)

(அ-கை) இனி ஜாலந்தரபந்தத்தில் கழுத்தைச் சுருக்குதல் உபயோகமில்லையென்பதைக் கூறுகின்றார்.

உகிதுகெஷ்டாஸு தூணைபஃயஃவிவஜ்ஃயெஸ | ஸா
ஜஃதைவ்யுஜ்ஹ்வாயாஃ பெஃயுஸ்ஸுவ்யூரவெஷ்டி || கபதை-
வஸ்ஃதாஃபீதா உகுயூஃமதிதிரொயகஃ || ||உஉ||

(இ-ள்) முன்பற்களில் நிற்கும் நாவை அதன்மேற்பாகத்தில் சம்பந்தித்தலாகிய (ஜிஹ்வா) பந்தம், கழுத்தைச் சுருக்குதலிடை நிலாக்கியமாகுமென்னும் எதுவால், இங்கே (ஜாலந்தரபந்தத்தில்) கழுத்தைச் சுருக்குதலாகிய பந்தத்தை நீக்கவேண்டுமென்பது சிலர் கொள்கை. இந்த ஜிஹ்வா (நாக்குவை) பந்தம் சுழுமுனைக்கண்ணியமாகிய சகல நாடிகளிலும் வாயு மேற்செல்லுதலைத் தடுப்பதாம். எ-று.

சகல நாடிகளிலும் வாயு மேற்செல்லுதலைத் தடுப்பதாம் என்பதனால், "நாடிக் கூட்டங்களைக் கட்டுகின்றது" என்னும்

ஜாலந்தரத்தில் கூறிய பலம் இதனாலேயே சித்திக்கின்றது என் பது சூசிப்பிக்கப்பட்டது. (உஉ)

(அ-கை) மகாபந்தத்தின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

கயுஎவறு ஃகூஹாவுஎயொ ஃகூஹாவிஜி வூஹாயகூ ॥
உசு ॥ கூஹுவுஎஹுஃகூஹாவுஎய விதோஹு நவிஹகூஷணூ ।
த்ரிவெணீஹுஎஹுஎயிதூ கெஹாஹுஎ வூஹுவெயூநூ ॥

(இ-ள்) இந்தப் பிரசித்தமாகிய மகாபந்தம் மகா சித்தி களை விசேஷமாய்த் தருவதும் காலபாசத்தின் மகாபந்தத்தை (பெரிய கட்டை) நீக்குவதிற் சாமர்த்தியமுடையதுமாய்த் * திரிவேணி சங்கமத்தைத் தருகின்றது. மனைதக் கேதாரமென்னும் சப்தத்திற்கு வாச்சியமாகிய சிவஸ்தானமாகிய புருவமத்தியத்திற் சேர்ப்பிக்கின்றது. எ-று.

திரி-மூன்று ஆறுகளின், வேணி-சமூகமாகிய, சங்கமத்தை (பிரயாகையை)த் தருகின்றது என்பது பதார்த்தம். (உச)

(அ-கை) மகாவேதத்தைச் சொல்லுதற்கு, மூதலில் அதன் மேன்மையைக் கூறுகின்றார்.

ஸுஎவூஹவணூ ஹுஎவெஹூஹ யஃஹாஹீ வூஸுஎஹுஎவி
கூஹ । ஃகூஹாஃகூஉ ஃகூஹாவுஎயள ஹிவூஹுளவெயஎஜி
கள ॥ ॥ உஞ ॥

(இ-ள்) ரூபலாவண்ணிய (சௌந்தரியமும் காந்தியு) முள்ள ஸ்திரீ, புருஷனில்லாமையால் எப்படி பிரயோஜனமற்றவ

---

* சுரோத்திரத் துவாரங்களும் கந்தத்துவாரங்களும் எவ்விடத்திற் சேருகின்றனவோ, அது காற்பீடம், சிருங்காடகம், திரிகூடம், திரிவேணி சங்கமமென்னும் பெயர்களாற் சொல்லப்படுகின்றது என்பது சிவயோகதீபிகை. கேதாரம் புருவமத்தியென்பதற்கு "இலலாடத்தில் கேதார" மென்னும் தரிசனோபநிஷத்துப்பிரமாணமாம்.

ளாகின்றனோ, அதுபோல மகாவேதமில்லாத மகாமுத்திரையும் மகாபந்தமும் பிரயோசன மற்றவைகளாம். எ-று.

சுலோகத்தில் மகாவேதத்தை வேதமென்றது முதற்குறை. (உடு)

மகாவேதம்.

(அ-கை) மகாவேதத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஷஹாபெம்யஹ்ரீ தாயொ நீ கூகுவாவமாகஇகையீ:।
வாயமநாமஹிசாவ்ருதி நிஹ்ருதகாகணேசு-உயா ॥உகூ॥

(இ-ள்) மகாபந்தமென்னும் முத்திரையிலிருக்கும் மகாக்கிரசித்தமுள்ள யோகாப்பியாசி, வாயுவைப் பூரித்து கண்ட முத்திரையென்னும் ஜாலந்தர முத்திரையால் பிராணவாயுவின் கதியை (மேலுங்கீழுமாகச் செல்லுதலை) நிச்சலமாகும்வண்ணம் நிரோதித்து (கும்பித்து) எ-று. (உகூ)

(அ-கை). இதுவுமது.

வஃஹாஹ்ரூய-ஃமாஹமஃள வ்ரீஃவளஹம்தாஃயெஃ
ஹெநஃ। வ-ஃடஃயதிக்ரு திவாய-ஃ வ்ரு-ரகிஃய்ருமஃ ॥

(இ-ள்). இரண்டுகைகளையும் சமமாய்ப் பூமியில் வைத்து (யோனிஸ்தானத்தில் குதியைச் சேர்த்துள்ள இடதுகாலோடு) இரண்டு கடிப்பிரதேசத்தையும் (சிறிது பூமியினின்றும் மேலெழுப்பிப் பூமியிலேயே) மெல்ல அடிக்கவேண்டும். அப்போது வாயு, இடை பிங்கலை யென்னும் மிரண்டு நாடிகளையும் கடந்து சுழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியிற் செல்வதாகின்றது. எ-று. (உஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹொஃஹ-ஃபூஹ்ரீஹ-ஃவெம்யொ ஜாயதெஹ-ஃதகரயஹெவ ஃதகரவஹ்ரஹஃ-தூஹா கெகாவாய-ஃவிஹெரவஹெஜ ॥

॥ உஏ ॥

(இ-ள்) (வாயு சம்பந்தத்தால் உண்டாகும்) சோமசூரியாக்கினி நாடிகளின் சம்பந்தம் (ஐக்கியம்) அழுக (மோகத்) தின் பொருட்டேயாம். இடைபிங்கலைகளில் பிராணசஞ்சாரமில்லாமையால் பிராணவியோகாவஸ்தை யுண்டாகின்றது. அதன்பின் வாயுவை நாசித்துவாரங்களால் மெல்ல விட (இரேசிக்க) வேண்டும். எ-று.

சோமசூரியாக்கினி யென்னும் சப்தத்தால், அவற்றை யதிஷ்டித்துள்ள நாடிகளாகிய இடைபிங்கலை சுழுமுனைகள் கொள்ளப்படுகின்றன. (உ அ)

(அ-னை). இதுவுமது.

ஶஹாவெயொகபதீயா வாதூஹாவிதீபிகா।
வஜ்ரவதி தவெவஸ்யுஃ வொவ்யொதவாயதொதவெஃ ॥

(இ-ள்). இம்மகாபந்தம், அப்பியாசத்தால் அணிமாதி சித்திகளைத்தருவதாயும் திரை நரை கடுக்கங்களைக் கெடுப்பதாயு மிருத்தலால், சாதகோத்தமர்களால் அப்பியசிக்கப்படுகின்றது. எ-று. (உக).

(அ-னை). மகாமுத்திரை முதலியமூன்றும் மிக இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கனவா மென்பதைக்கூறுகின்றார்.

வாதத்தயஶஹாமுஹ்யா ஜராம்ருத்யுவிநாஶகா।
வக்ஷ்யந்தீகாரணவெவ வ்யுத்பத்திஶ்சாத்ரபுஜ்யதெ ॥உ0॥

(இ-ள்) ஜாமரணங்களைப் போக்குவனவும், ஜடாக்கினியை விருத்திபண்ணுவனவும், அணிமாதிகுணங்களைத்தருவனவுமாகிய இம்மகாமுத்திரைமுதலிய மூன்றும் மிகவும் இரகசியமாய் வைக்கத்தக்கனவாம். எ-று.

இதிலுள்ள விசேஷணங்கள் ஏதுகர்ப்பங்களாம். சதா

ம் (உண்மை) ஆசாக்கியப் விக்ஞாயமுதலியவற்றையும் சேர்த்தற்பொருட்டாம். (கூடி)

(அ-கை). இனி இம்மூன்றின் வேறு சாதன விசேடத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஈஷடியாகியதிவிவ பாவிபாதிதிநிவ ।
வேணுவுமஹாரமயாயி பாவளவதிஉரமஹர ।
வசிஷ்டிக்ஷுவதாதியம் வஷ்டயுஷ்டிவசாயநழி ॥ கூக ॥

(இ-ள்). இம்மூன்றும் காலுக்கு காள் யாமத்திற்கு யாமமாக எட்டுமுறை செய்யப்படுகின்றது. புண்ணியக்கூட்டங்களைத் தருவதாயும் சதா பாபக்கூட்டங்களுக்கு வஜ்ராயுதம்போன்று மிருக்கின்றது. (எப்போது அப்பியசிக்கப்படுகின்றதோ, அப்போதுதான் பாபத்தைக் கெடுப்பதாகின்றது) சம்பிரதாய சிஷ்யயு (குருபதேசமுடையவர்கள் இப்படி (காடோறும் யாமத்திற்கு யாமம் எட்டு முறையென்று சொல்லியபடி) பூர்வசாதனத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகவே செய்யவேண்டும். எ-று. கூக

கோசரி.

(அ-கை). கோசரியைச் சொல்லக்கருதி, ஆதியில் அதன் சொரூபத்தைக் கூறுகின்றார்.

கவொமுக-ஹவொஜ்வூவ்விஷ்டாவிவரீகமா ।ஹ-
வொரமகமஹுதாதிஷ்டிஹ-உரஹவதிவெவரீ ॥ கூஉ ॥

(இ-ள்). காவானது கபால குகாத்தில் (குகையில்) விபரீதமாய்ச் செல்லுதலும், திருவடி புருவமத்தியிலிருத்தலும் கோசரிமுத்திரையாம். எ-று.

கபாலகுகாத்தில் நாவை தலைகீழ்த்தல்பூர்வகமாக புருவமத்திரையைப் பார்த்தல் கோசரியென்று மிவ்விரண்டும் சிக்கிரத்தை.

(அ-கை). கேசரி முத்திரையின் இலக்கணத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஹஉநவாஅநஎஉவஹெஹ்ழ கஅஆஅகூ ஙிணவயஃயெ
த்தாஷஸ் । ஷாயாவஉஅஇயஏ஽ ஷ்ரஃஸ்கிகஉராவெவஸீ
ஷஹிஜீ஽ ॥ ॥ கூசு ॥

(இ-ள்) நாக்கைச்சேதனம், சாலனம், தோகனம் என்பவைகளால், அது வெளியில் புருவமத்தியைத் தொடும்வரையிலும் கிரமமாக விருத்திசெய்யவேண்டும். அப்போது கேசரி சித்திக்கின்றது. எ-று-

சேதனம் தொடர்ச்சியாகவே பின்சொல்லப்படுவது. இரண்டு கைகளின் பெருவிரல் சுட்டுவிரல்களென்னு மிரண்டினாலும் நாக்கைப்பிடித்துக்கொண்டு இடம்வலமாகச் சுழற்றுதல், சாலனம். கைகளின் பெருவிரல் சுட்டுவிரல்களால் பசுக்கறத்தல்போலக் கறத்தல், தோகனம். (கூசு)

சேதனம்.

(அ-கை) அநன் * சாதனத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஹ-ஹீவெத நிஹ஽ஸஷ஽ ஷ-தீகூ஽ஹ்ரிழுநிஜுஷ஽ ।
ஷஸிஆஉயதகஎஷ நஎஸாஉஜிஆ த்ர஽ஷஜி-ஹ்ரிஎநஷ் ॥ கூச ॥

(இ-ள்) கொடிக்கள்ளியிலெயொத்த மிகக்கூர்மையான பளபளப்புள்ள பரிசுத்தமாகிய ஆயுதத்தைக்கொண்டு, நாக்கின் அடிநரம்பை ஓர் மயிரளவு சேதிக்கவேண்டும். எ-று- (கூச)

(அ-கை) இதுவுமது.

கதஃவெஹ஽யஷவயஏாஹஏாஅவஜணீஜுகாஹஏாஅ வ

---

* கேசரியின் வேறுசாதனங்களாகிய மதனமும், மோனமும், அம்மோனத்தின் மந்திரமும் யோகதண்டலியுபநிஷத்தின்-2வது அத்தியாயத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

வஷட்பௌ | வஷ்நாம்ஸ்வாஹி நமோ வைஸ்ரவணாய ।
ஸ்வாஹா ॥ ॥கடு॥

(இ-ள்) சேதித்தபின், சேதிக்கப்பட்ட அந்த இடத்தில் சைந்தவமும் (உப்பும்) கடுக்காயும் பொடிசெய்து கன்றுப்தே யக்கவேண்டும். ஏழுநாட்சென்றபின் மறுபடியும் ஓர் மயிளவு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டும். எ-று.

ஏழுநாள்வரையிலும் காலையும் மாலையும் சைந்தவ கடுக்கா ய்த்தூள்களால் தேய்த்தலும் செய்யவேண்டும். யோகாப்பி யாசிகளுக்கு உப்பு நிஷேதிக்கப்பட்டிருத்தலால், கருங்காலிப்ப ட்டை கடுக்காய்களின் தூள்களைக் கொள்ளுகிறார்கள். இங்கே சைந்தவத்தைக் கூறியது ஹடாப்பியாசத்திற்குரூன் கேசரி யை யப்பியசிக்கு மபிப்பிராயத்தாலாம். ஏழுநாட்சென்றபின் அதாவது எட்டாவது நாளில் முன் சேதித்ததைவிட ஓர் மயிர ளவு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டுமென்பது பொருள். கடு (அ-கை). இதுவுமது.

வனவம்ஷணாவம்ஸ்தர்யை ம்ஸ்ரீவஸோவரஸ் । ஷணா
வாஹ ஹ நாஶயுஷிஹாவைம்யஸ்ரணஸ்ருதி ॥ ॥கக॥

(இ-ள்) இப்படிக்கிரமமாக (உரோமமாத்திரம் சேதித்து, ஏழுநாள்வரையில் அவ்வளவே காலையும் மாலையுட் சேதனமும் தேய்த்தலும் செய்யவேண்டும். எட்டாவதுநாளில் ஒரு மயிர ளவு அதிகமாய்ச் சேதிக்கவேண்டுமென்று முன்சொல்லிய கிரம ப்படி) ஆறுமாசம்வரையில் தினமும் யுக்தரூய்ச் செவ்வையாக ஆசரிக்கவேண்டும். ஆறுமாசம் அப்பியசித்தபின் நாவின் கீழ்ப் பாகத்திலுள்ள (கபாலகுஹாத்தில் நாக்குப்பொருந்துவதற்குப் பிரதிபந்தமாயுள்ள) நாம்பின் கட்டானது நசிக்கின்றது. எ-று()

(அ-கை) சேதனமுதலியவற்றால் நாக்கு விருத்தியான பின் செய்யவேண்டியதைக் கூறுகின்றார்.

கூறாவொராஞ்வீங்கூகூதிவெவெளிபொஜபெ
ள ; வாஹவெவ்தவரீச்ஞ்ரா வெ்ராசவகூ்தஞ்வ்வு
தெ ॥ ॥ கூஎ ॥

(இ-ள்) நாக்கை உள்முகமாகத் திருப்பி மூன்று நாடிகளின் வழியாகிய திரிபதையென்னும் கபாலகுஹரத்தில் செவ்வையாய்ப் பொருத்தவேண்டும். அது (திரிபதையிற்சேர்த்தல்) கேசரிமுத்திரையாம். அது வியோமசக்கிரமெனப்படும் (வியோமசக்கிரமெனும்சத்தத்தாற்சொல்லப்படும்) என்று(கூஎ)

(அ-கை) இனிக்கேசரியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ரவஸநாசிமுவ்ழுமாஞ்ஞகூா கூஞ்ணாயஜ்ரவிதிவ்ஞ்தி ।
விவிவ்ஞவிஜ்ஞ்ச்வுதெதயொதீ வ்ராயிஜ்ஞகு்ஜாஷிஜ்ஞ்ஃ ॥

(இ-ள்). நாக்கை மேல்நுவாரத்திற் செல்லுவதாக்கி அனாகூணமாவது நிற்பாஞையின், அந்த யோகி விருதம் வியாதிமரணம் மூப்புமுதலியவற்றினின்றும் விடுபடுகிறான். என்று.

அனாகூணமென்பது அனாமூகூர்த்த(ஒருநாழிகை அல்ல து-உ-சா-நிமிஷ)மாம். 'கூணம் என்னும் சப்தம், உற்சவம், மூன்னை, முகூர்த்தம், நியமம், அவ்வியவஸ்ஞை, சமயம் என்பவற்றிற்கா' மென்பது நாநார்த்தநிகண்டு. (கூஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

நவொவெஹா ஸஞணாதவுரா நிஜுரா நக்ஷ்யாகூ
வ்டா । நவஜிஹ்ஹுாஹவெதவ்ஞயொஜ்ஞ்ராவெதிவெவ
ஸீழ் ॥ ॥ கூக ॥

(இ-ள்) கேசரி முத்திரையையறிகிறவனுக்கு ரோகமுமில்லை, மரணமுமில்லை, தந்திரையுமில்லை, நித்திரையுமில்லை, தாகமுமில்லை, மூர்ச்சையுமுண்டாவதாகு. என்று (கூக)

(அ-கை) இதுவுமது.

வீடியதநவரோமணிவியதநவகூடினா।
வாயுதநவகாலநயோடுரோவெத்திவெவரீம்॥

(இ-ள்) எவன் கேசரிமுத்திரையை யறிகிறானே, அவ
வன் சுரமுதலிய ரோகங்களினாலும் பீடிக்கப்படான். கர்மத்தா
லும் பற்றப்படான். காலனாலும் பாதிக்கப்படான். எ-று ( )

(அ-கை) இதுவுமது.

விதோவாதிவெபவூர ஜ்ஜ்வாவரதிவெமதா। தெ
வெநஷாவெவரீநாம் கோடுராவிவெநிரூபிதா॥

(இ-ள்) எதனால் சித்தம் புருவநடுவாகிய ஆகாயத்தில் சு
ரிக்கின்றதோ, நாக்கும் அவ்வாகாயத்திலேயே செல்லுவதாய்ச்
சரிகின்றதோ, அக்காரணத்தால் இந்தக் கேசரியென்னும் பிர
த்தமாகிய முத்திரை கபிலர்முதலிய சித்தர்களால் நிரூபிக்கப்ப
ட்டிருக்கின்றது.

மூன் மூன்று சுலோகங்களிலுள்ள வியாதிமுதலியவற்றி
ன் புனருக்தியோ, அந்தச்சுலோகங்கள் சங்கிரகிக்கப்பட்டவை
களாயிருத்தலால் தோஷமுடையதாகாது. (சு க).

(அ-கை). இதுவுமது.

வெவயபுராகோ தம்வெநவிவாரம்வெவிகொயுபுதः।
நகவுகூரவெதவிம்டோ காதிகுராவிஷவிகவுவ ::

(இ-ள்). எந்தயோகியினால் கேசரி முத்திரையால் நாக்கி
ன் மேற்பாகத்திலிருக்கும் துவாரம் முத்திரிக்க (மூட) ப்படுகின்
றதோ, அவனுக்கு இளம்பெண்ணோடுகூடினாலும் பிந்த நழு
வாது. (சு உ)

(அ-கை). இதுவுமது.

வமிதொயி யதாவிநோரம்வொராவெநாயொநிக
ணுவ ! வஜகுவயுபும்வுபுகோபாகுரா நிவெஜரயொ

நிகரூபா ॥ ॥சகூ॥

(இ-ள்). நழுவினாலும், எப்போது விந்து யோனிஸ்தானத்தை யடைகின்றதோ, அப்போதே கோசத்தைச் சுருக்குதலென்னும் யோனிமுத்திரையால் பிகக்கட்டப்பட்டதாய், ஆகர்ஷணசக்தியால் இழுக்கப்பட்டு மேற்செல்லுகின்றது. (சுழுமுனைமார்க்கமாக விந்து ஸ்தானத்தையடைகின்றது). எ-று.

கோசத்தைச்சுருக்கி யென்பதனால் வஜ்ரோலிமுத்திரை சூறிப்பிக்கப்பட்டது. (சுகூ).

(அ-கை). இதுவுமது.

உளயூஜிஹூஃஷிரொஹமகூவொதிவொநம் கூரொகிபஃ। சாஹாயெடுநநஷம்டெதெஹா தூகூ்ஜபதியொமவிக ॥ ॥சச॥

(இ-ள்). எவன் மேற்றுவாரத்தில்செலுத்திய நாக்கையுடையவனுய் நிச்சலனகி, அங்கு ஒழுகுகின்ற சந்திராமிர்தத்தைக்குடித்தலாகிய சோமபானம்செய்கிறானே, அவன் அனாமாதத்தில் மிருத்தியுவை ஜெயிக்கிறன். சந்தேகமில்லை. (இது நிச்சயம்). எ-று. (சச)

(அ-கை). இதுவுமது.

நிகூ்ஜொதிகூவாவமணூ்ம ஸஸீரொயஷூ்யொமிநஃ। கசுகெணாவிதவடஷூ விஷம்கஷூ நஷவெதி ॥ ॥சஞ॥

(இ-ள்) இன்னும் எந்தயோகியின் சரீரம் நாடோறும் சோமகலையால் நிரம்புகின்றதோ, அவனைக்கு கசுகளால் கடிக்கப்படினும் விஷம் பாவாது (அகலாகிய குக்கமில்லை). எ-று.(சஞ)

(அ-கை). இதுவுமது.

ஊதூகாரியமாவதூ வெஷ்டுவத்தூ்மவீ்டகஃ। கயா

வொரிகூயாவெணூம் வெஹீவெஹம்நி-ஂவகி ।சு॥

(இ-ள்). எப்படி அக்கினி விறகையும், தீபம் எண்ணெயோடுகூடிய திரியையும் விடுகிறதில்லையோ, அதுபோல சோமகலையால் நிரம்பிய தேகத்தைத் தேவி (ஜீவன்) விடுகிறதில்லை. எ-று. (சு).

(அ-கை). இதுவுமது.

மொரிஂவம் ஊகூவெஹநி கூஂ விவைவிரவாரு-
ணீஂ ।கூ-ஙீ நஂதரிஹஂரிவி நூ உதவிரகூ-யவொ தகூாஃ ॥

(இ-ள்) இனிச்சொல்லப்படும் பரிபாஷையையுடைய சோமாமிசத்தைத் தினந்தோறும் சாப்பிடக்கடவன். சொல்லப்படும் * அமரவாருணியையும் குடிக்கக்கடவன். அந்தயோகியை நான் குலீன (நற்குலத்திற் பிறந்தவ) னென்று மதிக்கிறேன். மற்றவர்கள் (இனிச்சொல்லப்படும் சோமாம்சபரிஷணமும் அமரவாருணியைக் குடித்தலுமில்லாத அயோகிகள்) குலகாத (குலத்தைக்கெடுப்பவ) ராவர். எ-று.

நான் என்றது குலாசிரியர் சொல். குலத்திற் பிறந்தவன் குலீனன். அவனை நற்குலத்திற் பிறந்தவனென்று மதிக்கிறேன் என்றார். அது பிரமவைவர்த்தத்தில் "கூூகாயூளவிதாளதெந யவிநூவெஜஃகூ-ஙவகசு । ஜாயவெதயொமவாநூத்ர உத்தரிகூயவூகாஂவ்ரஜெசு । ஊவடஃஸஂமாவிதஃஸூவடஃவூ-ஂவ்ரகூவெதூவிஃவெகூவாரு । ஸவெகாபிஸதாவாதஂ வூ-நாகிவ்ரஜி நஂநூணாஂ ॥ அவனில் பெற்றோர் கிருதகார்த்தராகின்றனர். அந்தத்தேசமும் குலமும் தன்னியமாகின்றது. யோகவான்(யோகி)எங்கே பிறக்கிறானே அந்தக்

---

* அமரவாருணியைத்தமிழில் கள்ளென்று பரிபாஷையாகக் கூறுவர்.

குன்றும் குறைவின்மையையடைகின்றது. அவனைப் பார்க்கப் பட்ட பேசப்பட்ட பரிசிக்கப்பட்ட பிரகிருதிபுருஷவிவேகமுள்ளவன் அநேககோடி ஜனனமரணக்களில் விழும் தன்மார்க்க புருடனையும் புனிதமாக்குகிறான்." என்றும், பிரமாண்ட புராணத்தில் "ஸ ஹஷ்டோ நாமஹஹஹ்ண வா நபஸ்டிஹதே நவ ।ஸ்டஹவாரிஹஹஹ்ண பொமாஹ்யாஸீவிஸ்டிஷ்டதே। ஆயிரம்கிருதஸ்தனிலும், நாறு வாணப்பிரஸ்தனிலும், ஆயிரம் பிரமசாரியிலும், யோகாப்பியாசி விசேஷமுடையவனென்றான்" என்றும், இராஜயோகத்தில் வாமதேவரின்பொருட்டுச் சொல்லப்பட்ட சிவவாக்கியம் "ராஜயொமஹ்யோஹாத்ரு கொவி ஜாநாதி தத்வதः । தஜ்ஞாநிவஹமேதயத ஸவிஷ்ணோர்வ்ரூணு ஹாஜநு । ஷுநாஷவு நாஷவு நாஷவு திஸவ்ரகூயுஹயோ தாः । சுஜ்ஞாசிக்கிவஷயாஜி கிம்வ நஸ்த்ரூராயணாः । சு ஹயெபூமஹயெஹியெபூமஹ பொஜாநாகிவிஷ்டதः । சுயாசிபாவ்யுஹளவஷுः ஷிவிஷவ்ருஷ்ட கிம்வ நः ॥ இராஜயோக மகான்மியத்தை உண்மையாக எவன் அறிவான்? அந்த ஞானி (ராஜயோகி) எக்கே வசிக்கின்றானே, அந்தத்தேசம் புண்ணியக்ஷேத்திரமாம். இவனைத் தரிசித்தலாலும் அர்ச்சித்தலாலும் இருபத்தொரு கலிமுறையோடு அஞ்ஞானிகளும் மூக்திபதத்தை யடைகிறார்களெனின், அதை யப்பியசிப்போனைப்பற்றிக் கேட்பானேன். அந்தர்யோகத்தையும் பகிர்யோகத்தையும் எவன் அறிகிறானே, அவன் என்னையும் உன்னையும் வந்திக்க (வணங்க) த்தக்கவனெனின், மற்றவர்களால் பூஜிக்கத்தக்கவனென்பதைச் சொல்லுவானேன்" என்றும், கூர்மபுராணத்தில் "ஹ கூகூரூ ஷிகூரூவா தி கூரூ நிதயஷவா। யெ ஹூதெ ஷஹாயொமஹ விஜ்ஞாயாஹ்வ ஷெஹஸ்வராः ॥ ஒருகாலமாவது இரண்டுகாலமாவது மூன்றுகாலமாவது நித்தியமாவது எவர்கள் மகாயோகத்தை அப்பியசிக்கின்றார்களோ, அவர்கள் மகேசுவரர்களென்றறியத்தக்கவராவர்" என்றும் சொ

ல்லப்பட்டிருக்கின்றது. கற்குலத்திற் பிறந்த பிறப்பு வியர்த் தமாகுதலால் குலதாதகராவதென்றார். (சை)

கோமாமிசபக்ஷணம்.

(அ-னை) கோமாமிச சப்தத்தின் அர்த்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

மொஸலைநாஹிதாஜிஹா தஸ்வவெஸ்ரா வரி
தாஹ்நி | மொரிசாஸ்வமகூஷணம்தது ஶஹாவொதக
நாஸநம் ॥ ॥ சை ॥

(இ-ள்) கோவென்னும் சப்தத்தால் சொல்லப்பட்டதாக்கு. அதை யண்ணத்தி (மேல்வாயி) ன் சமீபதனுவாதத்தில் பிரவேசிப்பித்தல், கோமாமிசபட்சணமாம். அதுவோ மகாபாதகங்களை நாசஞ்செய்வதாயிருக்கின்றது. எ-று. ( )

அஸ்வமாருணி.

(அ-னை) அஸ்வமாருணி யென்னும் சப்தத்தின் அர்த்தத்தைக்கூறுகின்றார்.

ஜிஹ்வாவெஸ்ரஸ்யாஹ்ரதவநிஹாஸ்தாதி தஸ்வெஸ்ரா |
வஸ்தாஸுஸ்வதியஃஸாஸஃ ஸஸ்ரஸ்ரா ஶிஸ்ரஸாஸ்ரஸ்ரீ ॥ சை ॥

(இ-ள்) நாக்கை மேற்பிரவேசிப்பித்தலாலுண்டாகும் அக்கினியா (உஷ்ணத்தா) லுண்டாகுவதாகிய (புருவத்தின் இடை பாகத்திலிருக்கும்) சந்திரனினின்று ஒழுகும் சாரம் எதுவோ, அது அஸ்வமாருணியாம் (அஸ்வமாருணியென்னும் சப்தத்திற்குப் பொருளாம்). எ-று. (சை)

(அ-னை) இதுவுமது.

வ்ரஸ்வைஷ்பிபதியஸ்வைஸ்ரா ஶிஸ்ரஸ்ரஜிஹ்வாஸஸ்வைஸ்ரீ
ஸஸ்ரஸ்ராஸ்ரஸ்ரகூடஸ்ரகாஜி ஶ்ரஸ்ரஸ்ரஃபஸ்ரீ ஶியாஜ்ரஸ்ரகஸ்ரயா | வ்ரஸ்ரீ நாஸ்ரஸ்ரஹாஸ்ரணஸ்ர ஜாஸ்ரஸ்ரகாஸ்ரணஸ்ரஸஸ்ரஸ்ரா ஹ்ரஸ்ரீ

ஹடயோகப்பிரதீபிகை

தீரணo கஸ்யாஸ்ரோரகுசிஷ்டாஸனந்தo ஸிஜாoம
நாகுவட்டுணழ் ॥ ॥ நிo ॥

(இ-ள்) எப்போது காக்கின் மேல்வந்திர(துவார)த்தை இடைவிடாது தொடுதலால், எவனுடைய நாவானது சோமசத்தின் (சந்திராமிர்தத்தின்) ஒழுக்குடையதும், களிப்போடுகூடியதும், உறைப்பு புளிப்பு பால் என்பவற்றிற்குச் சமானமானதும், தேன் நெய் என்பவற்றைப் போன்றதுமாகிய இரசமுடையதாகுமோ, அப்போது அவனுக்கு வியாதிகளைப் போக்குதல், ஜாடையை (மூப்பை)க் கெடித்தல், தன்பேரில்வரும் ஆயுதங்களைத் தடுத்தல், அணிமாதி யெட்டுக் குணங்களை முடையவனாதல், அமரத்துவம் (மரணமின்மை), சித்தாங்கனைகளை (சித்தப் பெண்களை) ஆகருஷிக்கும் சக்தியென்னு மிவைகள் உண்டாகின்றன. எ-று. (நடு)

(அ-ன) இதுவுமது.

ஸமயுரு வெடாஜஸாவ்ரு வெஜமலிதo வொணாஷவா
வ்oஹரo ஸமயுரு விஷ்யாரஸ நாoகியசிரு விவரிரு
கிoவொராளுஷெபரு । உதிஷ்ரோயுகுயாஜயுளுவிதியoயாரர
ஸபoயுஷவிலை ளுவிவ்ரு-ுயிரு ஸஜிணாஷுவிகுாஸிஷுவஷ-
யெரு-ுரீவிரஷ்ரோவதி ॥ ॥நிக॥

(இ-ள்) நாக்கைக் கபால குஹரத்தில் செலுத்திப், பின் மேல்முகமாக்கிக் குண்டலினி சக்தியை நியாகிக்கு, சாதனத்தமாகிய பிராணனால் கண்டத்திலுள்ள பதினாறு இதழ்க்கமலத்தில் விழும் ஹடயோகத்தாலடையப்பட்ட பரிசுத்தமான காரணவடிவமாகிய அமிருதமானதுகூடிய சந்திராமிர்தமென்னும் இரசத்தை எவன் குடிக்கிறானோ, அந்த யோகி வியாதியில்லாதவனும், தாமரைத்தண்டுபோல பிரகாசமான சரீரமுடையவனுமாய் வெகுகாலம் ஜீவிக்கிறான். எ-று. (நக)

(அ-னை) இதுவுமது.

யஜ்வாலம்பவஹி தவ-வதிரா மிரு-சிகுயபூரா க
ரஸ்யா தவிஷ்டேஷ்வபவத்திவ-யோ வ்ருத்ர-வம்நிர்ஜ மா
நாழ் | உத்ரா காராஹ்ரவதிவபை-வடவ்ரு நதிப் கரு-ஞ்சு
ராணா மா தவ்யோ பா கு-கூராணஜிவிரா நர நரயோகாய
வஹிஷ்டு ॥ ॥ ஏ உ ॥

(இ-ள்) ["தவ்யாஹிவாயாதிவியுவாரிரா-தவ்யுவஹ்ரி தஹ்॥ அதனது சிகைமத்தியில் பாமாத்துமா பொருந்தியிருக்கின்றார்" என்னும் சுருதியால்] மேருவைப்போல உயர்ந்திருக்கும் சூழும் னையாகிய மேருவின் மேற்பாகத்தின் மத்தியிலிருக்கும் சோம ஜலம் ஒழுகும் துவாரம் எதுவோ, அதில் நற்புத்தியுடையோன் (இவனோ தமோகுணங்களால் ஜயிக்கப்படாத சத்துவகுணமுள் ளவன்) ஆன்மதத்துவத்தைத் கூறுகின்றான். ஆறுகளின் (கங்கை யமுனை சரஸ்வதி நருமதை முதலிய சப்தங்களுக்கு வாச்சியமா கிய இடைபிங்கலை சுழுமுனை காந்தாரி முதலிய நாடிகளின்) முகம் அந்தத் துவாரத்தில் விருக்கின்றது. சந்திரமண்டலத்தினின்றும் சரீரத்திற்குச் சாரம் கழுகுகின்றது. அதனால் (அப்படி யொழு குவதனால்) மனிதர்களுக்கு மரணமுண்டாகின்றது. ஆகையால் அந்த (முற்கூறிய) கேசரியென்னும் கல்லகாணத்தைப் பந்திக்க வேண்டும். (அப்படிப்பந்திக்கின்) சந்திராமிர்தம் ஒழுகாதாக வின் மரணம் உண்டாகாதென்பது தாற்பரியம்.) அவ்வாறல் (அ க்கரணத்தைப் பந்திக்காவிடின்) காயசித்தி (நூபலாவண்ணியமும் பலமும் வஜ்ரசரீரப் பொடித்தலுமாகிய காயத்தின் சித் தி) யுண்டாகாது. எ-று.

ஆத்துமா விபுத்துவமாகிய கேசரி முத்திரையில் அபினிவே சியாதல், அதில் ஆத்துமதத்துவ மெனப்பட்டது. (ஏ உ)

(அ-ணை) இதுவுமது.

வஸுவிரஜூநஜகம் வஜ்ரவஹ்நிகஃ வஜ்ரீ கழி ।
கிஞ்சித்தவெவஸீஜ்ரா கஷ்டிஸுமநிஸ்ரீயஞ்ஜநா ॥

(இ-ள்) ஜீக்கு பிரவாக (இடை முதலியவற்றின் ஓட்ட) த்தோடு கூடியதும் (அலௌகிகமாயறியப்படும்) ஆத்மசாட்சாத்காரத்தையுண்டாக்குவதுமாகிய தவாரம் எதுவோ, அந்த நிரஞ்சன (அவித்தையும், அதன்காரியமாகிய சோகமோகாதிகளுமாகிய அஞ்சனமாம். அவ்வஞ்சன மில்லாத) தவாரமாகிய சூனிய(ஆகாச)த்தில் கேசரிமுத்திரை ஸ்திரமாகின்றது. எ-று.

(அ-ணை) இதுவுமது.

வஜ்ரகோஷ்யஷ்டியம்பீஜ மேகாக்ஷரஃ வெவஸீ ।
வஜ்ரகோடிவிவாதிராமுபை வஜ்ரவஹ்நிவிநாஸநீ ॥

(இ-ள்) பீஜங்களில் சிறுஷ்டிவடிவமாகிய பிரணவமென்னும் பீஜம், முக்கியம்; முத்திரைகளில் கேசரியென்னும் முத்திரை, முக்கியம்; தெய்வங்களில் நிராலம்பமாகிய (பற்றுக்கோடில்லாத) தெய்வம், முக்கியம்; அவஸ்தைகளில் உன்மனீயவஸ்தை முக்கியமாம். எ-று.

பிரணவபீஜம் முக்கியமென்பது "ஏதீவிதஃ கஷ்டஸ்ருஷ்டிவடவ ॥ ஓமென்னும் இவ்வட்சரம் இவ்வெல்லா (ஜகத்து) முமாம்". என்று மாண்டூக்கிய உபநிடதத்தில் கூறியிருக்கின்றது. ஆலம்பனத்தை விடின் ஆத்துமாவின் சொரூபநிலையுண்டாகுதலால், ஆலம்பனசூனியதெய்வம் முக்கியமென்றார். பீஜமுதலியவற்றுள் பிரணவமுதலியன முக்கியமாதல்போல முத்திரைகளில் கேசரிமுத்திரை முக்கியமாமென்பது பொருள். (நிச)

உட்டியானபந்தம்.

(அ-ணை). உட்டியானபந்தத்தைச் சொல்லக்கருதி, முதலில் உட்டியாணமென்னுஞ் சொல்லின் பொருளைக் கூறுகின்றார்.

வெஜாவெநஷஷ்டிராயாம் ப்ராணஸ்யேபதெய
கம் | தஸ்யோபநாவெராயம் யொஹிம்ஸிஷ்டி ஸா
ஹ்ய கம் ॥ ॥ருஇ॥

(இ-ள்). எந்தக்காரணத்தால் எந்தப் பந்தத்தால் கட்டுப் பட்டபிராணன் சுழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியில் பறக்கின் றதோ, அந்தக்காரணத்தால் அது மச்சேந்திரர்முதலிய யோ கிகளால் உட்டியானபந்த மெனப்பட்டது. எ-று.

உட்டியநம்-பறத்தல். இந்தப்பந்தத்தால் பிராணன் சுழு முனையில் பறக்கின்றமையால் உட்டியனமெனப்படுகின்றது.॥

(அ-ரை). இதுவுமது.

உட்டீநம்கு-ரு-தெயஸ்யா ஏஷ்ரூ ரம்தம்ஸிஹாவஹம் |
உட்டியாநம்தவெஸ்யஸ்யா ந்தத்ரபம்யொ ஸ்ஹி யீயதெ ॥

(இ-ள்). பெருமாகாயமாகிய பிராணன், எந்தப் பந்தத்தா ல் விசிராந்தியில்லாதாகும்வண்ணம் சுழுமுனையில் உட்டீனம் (பறத்தலைச்) செய்கின்றதோ, அந்தப்பந்தமே உட்டியாணமெ ன்னும் பெயருடையதாம். அவ்விஷயத்தில் பந்தத்தின் சொ ரூபம் என்றுற்சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

எப்போதும் தேகாவகாசத்திற் கதியையுடையதா யிருத் தலால் பெருமாகாயமாகிய பிராணனென்றார். (ருசு)

(அ-ரை). உட்டியானபந்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

உதரவஶ்சிம்தாநம் நாபெராரப்ய பூர்வகாரயெத் |
உட்டீயாதெநாஹ்யுஸவைம்யொ ஜ்ஞாநாத்ம்ருத்யும தெ
ஸரீ ॥ ॥ருஎ॥

(இ-ள்). வயிற்றில் நாபியின் மேற்பாகத்தையும் கீழ்ப்பா கத்தையும் முதுகோடு ஒட்டும்படி பின்னிழுக்கவேண்டும். (நா

பியின்மேல்கிழ்ப்பாகங்களை யிழுத்தலென்னும்) இந்த உட்டியா னபந்தம் மிருத்தியுவென்னும் யாணக்குக்கேசனியா (சிக்கமா)ம் (அனைக்கெடுப்பதாயிருக்கின்றது). எ-று.

இங்கே கிழ்ப்பாகத்தையுமென்றது சகாதத்தால்(உம்மை யால்)கொள்ளப்பட்டது. (நெ)

(அ-னை). இதுவுமது.

உ்டீயா நம கஸ்வஜ்ஜம ராணாகுயி தம்ஸ்ரீ ।
ஹ்ரீவ்ஸ்ரீ தகபஸ்ய வ்ரெளாட்வி தாணாயெ தி ॥

(இ-ன்). குருவினால் எப்போதும் சகஜமாய்ச் சொல்லப் பட்ட உட்டியானபந்தத்தை நிரந்தரம் எவன் அப்பியசிக்கிறா னை, அவன் விருத்தனாகினும் தருணனைப்போலாகிறான். எ-று

(அ-னை). உட்டியானபந்தத்தின சொரூபத்தையும் அ தன் கீர்த்தியையும் கூறுகின்றார்.

நாபேராத்வ முதியஸ்தாவி தாநம்கு்யபூர்த்வ தகம் ।
வடணாஸ்திஹ்ரீவ்ரெஹ்ரூ கர்ம ஜயதி கர்வ நஸம்ஸயம் ॥

(இ-ன்). நாபியின் மேற்கிழ்ப்பாகங்களை மிகமுயற்சிபா ல் பின் இழுக்கவேண்டும். ஆறுமாசம் அப்பியசித்தால் மிரு த்தியுவை ஜயிப்பன். இதற்சந்தேகமில்லை. எ-று. (நசு)

(அ-னை). இதுவுமது.

ஸவெபுஷாதிஷவைம்யா நா தி-்கதோஹ்ரீ-்பியா நகம் । உ்டீயா நஜ்ரெளவிஷவைம்யெ தி-்கிஸ்ரீஸ்வா ஹாவிகீஹ வெசு ॥ ॥சு0॥

(இ-ன்). பந்தங்களெல்லாவற்றிலும் உட்டியானபந்தமே உத்தமம். ஏனெனின் உட்டியானம் நிடமாய்ச்செய்யப்படின் முக்தி இயல்பாகவேயுண்டாம். எ-று.

உட்டியான பந்தம் செய்யின் பறவைகதியாகச் சுழுமுனை யில் பிராணன் செல்லுதலால், "ஸசாயளசோகஸாவஸ்தா ॥ சமாதியில் மோகூதத்தை யடைகிறான்" என்னும் வாக்கியத்தால், சகஜமாகவே முக்தியுண்டாமென்பது தாற்பரியம். (கூய)

மூல பந்தம்.

(அ-கை). மூலபந்தத்தைக்கூறுகின்றார்.

வாஹிஹாமெநஸம்வீக்ய யொநிமாகுஞ்சயெத்ஸு தீ: ।
ஸுவாநமிவயூஹாகூ்யஷ்டு மூலபந்தோயமுச்யதே ॥ ॥கூக॥

(இ-ள்). குதியால் யோனியைச் செவ்வையாகப் பீடித்துக் குதத்தைச் சுருக்கவேண்டும். கீழ்ச்செல்லும் வாயுவாகிய அபானனை மேலிழுத்தலால் மூலபந்தம் சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

குதியால் யோனிஸ்தானத்தைப்பீடித்தல் பூர்வமாய்க் குதத்தையிழுத்தல், மூலபந்தமெனப்படுகின்றது என்பது பொருள். (கூக)

(அ-கை). இதுவுமது.

ஸயோமத்ஸிவாநம்வெவ உளஷ்டுமகுரூவெதவை யாஸ் । ஸுகுஞ்சிதம்நதம்வாஹ மிஷுமூலபந்தோயம்ஹி யொகிநஃ ॥ ॥கூஉ॥

(இ-ள்). அதோகதியை (கீழ்ச்செல்லுதலை) யுடைய அபானனைப்பலமாய் இழுத்தலால் (மூலாதாரத்தைச் சுருக்குதலால்) மேற் (சுழுமுனையிற்) செல்லுவதாகச் செய்கிறான். அதை யோகிகள் மூலஸ்தானத்தின் பந்தனம் மூலபந்தமென்னும் பதப்பொருளாகக்கூறுகின்றனர். எ-று.

இதனல் (இச்சுலோகத்தால்) மூலபந்தசப்தார்த்தமும் முன் சுலோகத்தால் அதன் பந்தனப்பிரகாரமும் சொல்லப்பட்டன

மையால் புணருந்திரேகாஷம் (கூறியது கூறலென்னும் குற்றம்) இல்லை. (சுஉ)

(அ-கை). இனி யோகபீஜத்திற்சொல்லியபடி மூலபந்தனத்தைக் கூறுகின்றார்.

மூஉவாஷ்டூகூஸ்வீஷ்வ வாயுசாகூஸ்வ யெ
உமாஸ் | வாஸ்வாஸ்யையோவொய்யுஷ்ஸ் ஸோயாதிஸ்வீ
ஸ்ணஃ ॥ ॥சுஉ॥

(இ-ள்). இரண்டு குதிகளால் (பாட்டின் கீழ்ப்பாகத்தால்) குதத்தைச் செவ்வையாய்ப் பீடித்து, வாயுசுழுமுனையின் மேற் பாகத்திற் செல்லும்படி வாயுவை (குதத்தை) ப்பலமாக இழுக்கவேண்டும். இது மூலபந்தமாம். எ-று.

இதுமூலபந்தமாம் என்பது அதிகாரமாம். (சுஉ)

(அ-கை) இனி மூலபந்தத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

வாணாவாநளநாடிவிநூ ஸமுவ்யெஸ்யெநவெ
கூகாழ் | மக்வாயொமஸ்வுஸ்வஸ்விஷ்ஸ் யஷ்தொநாகூ
ஸ்வஸ்யஷ்ஸ் ॥ ॥சுஊ॥

(இ-ள்) மேலும் கீழுஞ் செல்லுவனவாகிய பிராணபான வாயுக்களும், நாத (அநாகதத்துவனி) விந்துக் (அநுஸ்வாரங்) களும் ஐக்கியத்தை யடைந்து, யோகத்தின் நல்ல சித்தியை அப்பியாசிகளுக்குத் தருகின்றது. இதிற் சமுசயமில்லை. எ-று.

இதின் தாற்பரியம்:— மூலபந்தம் செய்தலால் அபானன் பிராணனோடு ஒன்றுய்ச் சுழுமுனையிற் பிரவேசிக்கின்றது. அதலால் நாதம் வெளிப்படுகின்றது. அதலால் நாதத்தோடு பிராணபானனிரண்டும் இருதயத்தின்மேற்சென்று, நாதத்திற்கு விந்துவோடு ஐக்கியங்கொண்டு பிரமரந்திரத்திற் செல்லுகின்றன. அதலால் யோகசித்தியுண்டாகின்றது. (சுஊ)

(அ-னை) இதுவுமது.

சுவாநவாணயொவிரகூம் கூயொசிதை வாஸீ
வியாஃ ! யாவாஹவகிவ்யஜொபி வுதகஂசிஅவுவை நீ
நாஸ் ॥ ॥ சுரு ஈ

(இ-ள்) எப்போதும் மூலபத்தனத்தைச் செய்தலால், அ
பான பிராண னிரண்டின் ஐகியமும், (கட்டுப்பட்டிருந்தும்) மூ
த்திரபுரீஷ (மல) ங்களின் கூடிய (விழ்ச்சியு) மண்டாகின்றன.
விருத்தனுமதருணனாகின்றான். எ-று. சுரு

(அ-னை) இதுவுமது.

சுவாநவுளவுஃமஜாதெபவாதவுநிசெவுஃ!
கூரஃநயுஸிவாதீவஃபூர ஜாயவெதவாயாநாஃவுமதா ॥

(இ-ள்) மூலபந்தத்தால் கீழ்ச்செல்லும் அபானவாயு மே
ற்செல்லுவதாய் அக்கினிமண்டலத்தை யடையும்போது ஜட
ராக்கினியின்சினை, வாயுவோடுசேருதலால் நீறுகின்றது. எ-று.

அக்கினிமண்டலம் நாபியின் கீழ்ப்பாகத்தில் திரிகோணமா
யிருக்கின்றது. அது யாஞ்ஞவல்கியரால் "விஷமவியுஸிவி
வுரநம் கவுஜ்ஜாவைம நஉவுஹு ! தீ கொணவுரஃஸி நாவுஸ்வுர
ணாம் ஐதாரஸ்வுஸ்ஸுகாவுஸ்வுஉஹு ! ஜ்ஜுஷுவுஸ்வுபகமாநாமவு
கயுவிகஉஸ்ரவுவீதிக ! கநுவியுகாஸிவாதநீவுவுஉதீவு
கிவாவகெ ॥ தேகமத்தியில் அக்கினிமண்டலம் காய்ச்சிய ஜா
ம்பூநத பொன் நிறமுள்ளதாய் மனிதர்களுக்கு முக்கோண
மாயும், நற்காற்பிராணிகளுக்குச் சதுரமாயும், பட்சிகளுக்கு
மண்டல (வட்ட) மாயுமிருக்கின்றது. அதன் மத்தியில் எப்
போதும் அக்கினி சிகைபாவிநிற்கின்றது. இதை யான் உனக்கு
உண்மையாகச் சொல்லுகிறேன்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கி
ன்றது.
(சுரு)

(அ-னை) இதுவுமது.

கசஅ மறடீபோகப்பிரதீபிகை.

கதாயாதாவநுவாநள ஜாணசிஷவ்ராஜவ
கூழ। தந்நாதாயுஜீவ்ஷ்ஜ ஜ்ஞநோதஜஜ்ஷயா॥

(இ-ள்). அதன்பின் அக்கினியும் அபானனும் அக்கினி சி கையின் விருத்தியாலாவது அல்லது உஷ்ணசொரூபமுடைமை யிரூலாவது பிராணனை அடைகின்றன. அதனால்(பிராணச்சேர் க்கையால்)தேகத்திலுண்டாகும் அக்கினி அதியந்தம் தீபன முடைய தாகின்றது. (அபானன்மேற்சென்றால் அக்கினி, பி ராணசங்கமத்தால் மிகவும் தீபனமுடையதாகுமென்பது பொரு ள்). எ-று. (சுஎ)

(அ-கை). இதுவுமது.

தேநகஷ்ணயி நீலஷ்வா லமதஷ்டாலம்வ பைஷ்யு
தே। ஏஜ்ஜாஹ தாலஷ்ஜீவநிஸ்ரஷ்யுஜீஜ்ஷ தாம்வ்ருஜஸ॥

(இ-ள்). அதனால்(அக்கினியின் அதியந்ததீபனத்தால்) செவ்வையாய்த்தபிக்கப்படுங்கால் தூங்குகின்ற குண்டலினி ச க்தி நன்றாய் விழிப்புடையதாகின்றது. தண்டத்தாலடிக்கப் ட்டசர்ப்பத்தைப்போல நிசுவாசத்தைச்செய்து சானத்தன்மை (நிமிர்ச்சி)யையடைகின்றது. எ-று. (சுஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வியம்வ்யவிவ்ருதமுகா ப்ரஹ்மநாட்யம்தரம் வ்ர
ஜேத்। தஷ்மாந்நிகூடமுபேயஃகுடில்வாயோ ர்
ஹிஃஸஹா॥

॥சுக॥

(இ-ள்) அதன்பின்(சானத்தன்மையையடைந்தபின்)பில த்திற் பிரவேசித்தபாம்பைப்போல சுழுமுனையினுள் பிரவேசிக் கின்றது. அக்காரணத்தால் யோகாப்பியாசிகளால் மூலபந்தம் பிரதினமும் எக்காலத்திலும்செய்யத்தக்கதாம். எ-று. (சுக)

ஜாலாந்திரபந்தம்.

(அ-கை) ஜாலந்தரபந்தத்தைக்கூறுகின்றார்.

கணைசாக-ஞ்ஞ)ஹ்ஹ ஏயெஹ்ஹாவயெஜ்ஜ-வை-க்ஷஏ்ஜ்ஜ்ஹ்ம।
வைஹ்யொஜாஜ்ஹ்ஹயஸ்ஸாஏவை்ஜாயஜ்ஜாஷ்ஜ தஸ்ஸ-வி தாஸகஃ॥

(இ-ள்) கழுத்திலுள்ள தவாரத்தைச்சுருக்கி, இருதயத்தில்(மார்பின்சமீபத்தில் நாலங்குலமிடையிருக்கும்படி)மோவாய்க்கட்டையைத்திடமாக ஸ்தாபிக்கவேண்டும். ஜாமரணங்களைப் போக்குவதாகிய இப்பந்தம் ஜாலந்தரமென்னும் பெயருள்ளதாம். எ-று.

கழுத்தைச் சுருக்குதலோடு நான்கு அங்குலம் இடையிருக்கும்படி மார்பின் சமீபத்தில் கீழேகுனியும் முயற்சி பூர்வகமாகமோவாய்க்கட்டையை ஸ்தாபித்தல், ஜாலந்தரபந்தமாம். ()

(அ-கை) ஜாலந்தரமென்னும் பதத்தின்பொருளைக் கூறுகின்றார்.

வைஜ்ஹாகிஹ்ஸிராஜாலு ஸியொமாதி நஹொஜலு। த
தொஜாலுயெஸாவொலஃ கணேஷ-ஃவளவ நாஸநஃ॥

(இ-ள்) எதனால் நாடிகளின்ஜால(சமூதாய)ங்களையும் கீழ்ச்செல்லுவதாகிய ஆகாயஜல(கபாலருகாத்தின் அமிர்த)த்தையும் பந்திக்கிறன்றோ, அதனால் ஜாலந்தரபந்தமென்னும்பெயருடையதாம். இது கழுத்திலுள்ள துக்கசமூகங்களை நாசஞ்செய்வதாயிருக்கின்றது. எ-று. (எக)

(அ-கை) ஜாலந்தரபந்தத்தின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

ஜாலுயெஸாகூ)தவொயெ கணலுஸாவயு கூ
ணை। நவிபலுஷ்டவொதகுஹ்ள நவவாய-ஃபுகூவு
தெ॥ ॥எஉ॥

(இ-ள்) கண்டத்தைச்சுருக்குதலாகிய ஜாலந்தரமென்னும்பந்தத்தைச்செய்தால் அமிர்தம் ஜடாக்கினியில்விழாது. பிராணனும்கோபியாது (வேறுநாடியில் வாயு செல்லுதலாகிய பிரகோபத்தைச்செய்யாது). எ-று. (எஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

கூணஸ்வெகாவதரவெதவ வெதாஸ்ளஸ்ஸவெ
ஜ்ஜஸ்ரிஸ்யுவகூரிஜ்ஜெயஸ்விஷாஜஸாயாரஸ்யெஸ்யநம ॥

(இ-ள்) நிடமாகக் கண்டத்தைச் சுருக்குதல் மாத்திரத்தால் இடை பிங்கலைகளென்னு மிரண்டு நாடிகளையும் ஸ்தம்பிக்கவேண்டும். அங்குஷ்டாதாரமுதல் பிரமரந்திரம் வரையிலுள்ள பதிநாறு ஆதாரங்களின் பந்தத்தைச் செய்யும் இந்த (கண்டஸ்தானத்திலுள்ள) விசுத்தியென்னும் மத்திமசக்காம் அறியத்தக்கதாம். எ-று.

காம-ஷ்ஹ-ஸ்ரீராநமர-ஸ்ரீவிநீஸ்ரீம்மநாமயஃ ! ஹ்ரீ
ம்ரீவாகூணெஷ்ஷஸ்ஷ ஸ்ரம்வெிகாநாஸிகாதயா | ஸ்ரீ ஜ்ஜிஸ்யுஸ்ஸ
ஸ்ரீடஸ்ஸ ஜிஸ்யுபூரவஸ்ரெஸ்ஹாரஸ்யகூ ! வஸ்ரெதஸ்ரிஷ்ரெஷாஜஸா
யாரஸ்ஃ கூரிதாரியாஜிவஸ்ரம்மஸ்ரிஷெஃ ॥ அங்குஷ்டம், குற்பம் (பாதி), முழங்கால், தொடை, பீஜத்தின் கீழ்நாம்பு, இலிங்கம், நாபி, இருதயம், மிடறு, கழுத்து, நாக்கு, மூக்கு, புருவநடு, நெற்றி, சிரசு, பிரமரந்திரம் என்னுமிவை யோகிபுங்கவர்களால் ஷோடசாதார மெனப்படுகின்றன" என்னும் இவ்வாதாரங்களில் தாரணைசெய்தலின் பல விசேஷம், யோகக்ரந்தாந்தத்தில் அறியத்தக்கதாம்.
(எசு)

(அ-கை) முற்கூறிய பந்தத்ரயங்களின் உபயோகத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ரீமூலஸ்தாநமஸ்ரீகரஸ்ஸ்ருஷ்டி உட்டியாநஸ்ஸகரவெஸ் !
உபாஸ்ருவிம்மயாம் வெஸ்ஸ வாஹயெ ஸ்துஸ்ரிஸ்ரிவெயி ॥

(இ-ள்) மூல (ஆதார) ஸ்தானத்தைச் செவ்வையாய்ச் சுருங்கி, நாபியைப்பின்னிழுத்தலாகிய உட்டியான பந்தத்தைச் செய்யவேண்டும். கங்கையமுனையென்னும் இடைபிங்கலைகளை

ப்பந்தித்து கழுமுனைமார்க்கத்தில் பிராணனைச் செலுத்தவேண்டும். என-று.

இங்கே இடைபிங்கலைகளைப் பந்தித்து என்பதனால் ஜாலந்தரபந்தத்தால் என்று பொருளாகின்றது; "கண்டத்தைச் சுருக்குதலினாலேயே இரண்டு நாடிகளும் ஸ்தம்பிக்கின்றன." என்று (எங-வதசுலோகத்தில்) கூறப்பட்டிருத்தலால். (எச)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஈடெநடெநவஷியாடெநந வ்யாதீவவடெநாலயம ।
கடெதாநஜாயடெதீ₃கு-ஜூராரோமாதி₃ந²கயா ॥

(இ-ள்) இவ்விதத்தினாலேயே பிராணன் இலயத்தை (ஸ்திரத்தன்மையை) அடைகின்றது. அதனால் (பிராணனது இலயத்தால்) மிருத்யு ஜரை ரோகமுதலியவைகள் உண்டாகிறதில்லை. என-று.

கதியின்மை பூர்வகமாக பிரமரந்திரத்தில் நிலைத்தல், பிராணனது இலயமாம். முதலியவென்னுஞ்சொல்லால் கரை, திரை, தந்திரை, ஆலசியமுதலியவைகளும்கொள்ளப்படுகின்றன. (எடு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வெயதரயதீ₃ஸ்ரஷ்டா ஸ்ருஷ்டா ஸ்ருஷ்டிவிஸ்தரவிஸ்தரா ।
வஸவெ-ஷ்டாஸ்தா கதாசிந்நா வாயநம்பாமிதநாவி
ஷ-ஃ ॥
॥எக॥

(இ-ள்) இந்த மூன்று பக்தங்களும் சிரேஷ்ட (கோடசாதாரங்களில் மிகச்சிலாக்கிய) மானவைகளும், மச்சேந்திரர்முதலிய சித்தர்களாலும் சேவிக்கப்பட்டனவும், சகலதந்திர (உபாய)ங்களுக்கும் சாதனமும் (சித்தியையுண்டாக்குவனவும்) மாமென்று கோரக்கர்முதலியயோகிகள் அறிகின்றார்கள். என-று.

சித்தர்களாலும் என்பதிலுள்ள உம்மையால் வசிஷ்டாதி

முனிவர்களாலுமென்பது கொள்ளப்படுகின்றது. (எசு)

(அ-கை) விபரீதகாணியைச் சொல்லக்கருதி, அதன் உபோற்காதத்தன்மையால் முதலில் பிண்டம் (தேகம்) ஜாயுடையதாதலைக் கூறுகின்றார்.

யதிஞுஸ்தவதெதஹ்ரா ஏஷ்ய கஂஷிவ்ய ஸ்வினஃ । த
ஸ்ய ஹ்ரஂமத ஸ்வதெதஸ்ய ஹ்ருதயஸ்யைவ ஜராயுதஃ ॥

(இ-ள்) திவ்விய (உத்கிருஷ்ட) வடிவமாகிய யாதொரு அமிர்தம் (அண்ணாத்தின் மூலத்திலுள்ள) சந்திரனினின்றும் எழுகின்றதோ, அது முழுவதையும் பாபியிலிருக்கும் அனல்வடிவமாகிய சூரியன் விழுங்குகின்றது. அதனால் (சூரியன் அமிர்தத்தை விழுங்குதலால்) தேகம் ஜாயுடையதாகின்றது. என்று

அமுதத்தைச் சூரியன் விழுங்குகிறதென்பது கோபக்கதாசால் "நாஹிதெஸ்யஷி தாநிதயஂ ஹாஸ்ய ரோதஸ நாதகஃ। கஸ்ய தாதாஸ்யிதாநிதயஂ தாஸ்மிஸ்ஸ்வஸ்ய ஜராஃ ॥ வஷட்தயொஸ்வாஹ்ரஸ்ய ஹுதஸ்யாக்நயெ ஸ்வாஹெத்யாஹுதி ஸ்ஸம்யக்ஆதித்யமுபதிஷ்டதெ ॥ தஸ்மாத்தஸ்ய தாதாயஂயெ நவீயஸ்யஷ்டஸ்யாவ்யெத ॥ தனவடிவமாகிய சூரியன் நித்தியம் பாபிஸ்தானத்திலிருக்கின்றது. அமிர்தவடிவமாகிய சந்திரன் நித்தியம் மேல்வாயின் மூலத்திலிருக்கின்றது. கீழ்முகமாகிய சந்திரன் அமிர்தத்தை வருஷிக்கின்றது. மேல்முகமாகிய சூரியன் அதை விழுங்குகின்றது. ஆதலால் எதனால் (எந்தக் காணத்தினால்) அமிர்தம் அடையப்படுகின்றதோ, அந்தக்காணத்தைச் செய்யவேண்டும்." என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (எஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

தத்ராஸ்யிகரணஂஷிவ்ய ஸமயஃஸ்யாத்-வவஸ்ருஷ்டி ।
ம-ரமவெஷ்யதெதாவத்ஸ்யாயஂ நக-ஸ்மாஸ்வாயுகொஷி
ஹிஃ ॥

॥ எஅ ॥

(இ-ள்) அவ்விஷயத்தில் ராபிஸ்தானத்திலுள்ள அனல மாகிய சூரியனது முகத்தை வஞ்சிக்கும் உத்தம (திவ்விய) மாகி ய இனிச் சொல்லப்படும் முத்திரையென்னும் காரணம் ஒன்று ண்டு. அது குருபதேசத்தால் அறியக்கூடியதாம். கோடிசா ஸ்திரங்களாலு மறியக்கூடியதன்று. எ-று. (எஅ)

விபரீதகரணி.

(அ-கை) விபரீதகரணிடைக் கூறுகின்றார்.

உளயுழ நாலொரயஹாலொர ரமுயுழஹாந ர யொரஷஸீ | கரணீவிவரீதாவுர ஹரஷவாகெரு நமஹுதெ ॥ ॥ எக ॥

(இ-ள்) மேலே ராபியும் கீழே அண்ணாக்கு (மேல்வாய்) மாக அதாவது மேலே அனல்வடிவாகிய சூரியனும் கீழே அமி ர்தவடிவமாகிய சந்திரனுமாக இருக்கும் (விபரீதமாக அதாவ து மேலுங்கீழுமாக விருக்கும் சந்திரசூரியர்களைக் கீழ்மேலுமா கச் செய்தலென்னும் பதப்பொருளுள்ள) விபரீதகரணியென் னும் காரணம் குருவாக்கியத்தால் அடையப்படுகின்றது. எ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

நிதுயிஹுரஷய-கூஷுஜஎரரஷ்ரீவிவயழநீ | சூஹர ரொவெஹஷுஷுஷுஷுஷஎஷயுஃ ஷாயகூஷுவுஷ ॥ சூஹர ஹரொயஷிஹவெழ்ரீழுஹதிக சூணாசு ॥ ॥ அ0 ॥

(இ-ள்) பிரதிதினமும் ஜடாக்கினியை விருத்திசெய்யும் விபரீதகரணியை அப்பியாசிக்கும் சாதகனுக்கு ஆகாரம், அதிக மாய்(வேண்டிய அளவு)சம்பாதிக்கத்தக்கதாம். ஆகாரம் அற் பமாகுமாயின் அக்கினி கூடணமாத்திரத்தில்(விரைவில்) தேகத் தைத் தகிக்கும். எ-று (அ0)

(அ-கை) மேலும் கீழுமாயுள்ள சந்திரசூரியர்களைக் கீழ் மேலுமாக்கச் செய்யுங் கிரியையைக் கூறுகின்றார்.

சுப்ரமண்யாய நமஸ்தே நமஸ்தே ஸகல ஜகன்மங்கள
ஸகல ஜீவாந்தர்யாமி ஸகல ஸ்வதந்த்ர ஸகல லோகாதார
ஸகல சராசர ஸ்ருஷ்டி ஸ்திதி ப்ரளய காரண ஸகல வேதாகம
ஸகல சாஸ்த்ர ஸகல ஸாரஸ்வத ஸகல ஸாமகான ப்ரிய
ஸகல ஸுர ஸகல ஸுலப ஸகல ஸுர ஸகல ஸுர ஸகல ஸுர
ஸகல ஸுர ஸகல ஸுர

ஹஹதாஹஉவஹஹுதி॥ எப்படிப் பிராயத்தகர்மம் தத்துவ ஞானத்திலும் பிரபலமோ, அப்படியே அந்தக்கர்மத்தைவிட யோகாப்பியாசம் பிரபலமாம். ஆகையால் உத்தாலகர்வீதகவ்வி யர்முதலியயோகிகளுக்கு சுவேச்சையாக (தமது இஷ்டப்படி) தேகத்தைவிடுதல் பொருந்தும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின் றது. பாகவதத்திலும்" ஹஹஹஜஹாகுஹாயிநா॥ சமாதியி லல் தேகத்தைவிடுகின்றான்" என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின் றது. (அ உ)

வஜ்ரோலி.

(அ-கை) வஜ்ரோலியிற் பிரவிருத்தியை பண்டாக்குவ தற்கு முதலில் அதன் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஹெஹபாவதுரோதநாகவி யொமொவிதுநிபு
விதிவிநா। வஜ்ரஓலீயொவிஜ்ஞாநாகிஸயொபீஹி
நிஹாஜ்நம॥ ॥அகூ॥

(இ-ள்) எவன் (எந்த அப்பியாசி) வஜ்ரோலி முத்திரை யை விசேஷமாகச் சுவாதுபவத்தால் அறிகிறானோ, அந்த யோ கி யோகசாஸ்திரத்திற் சொல்லப்பட்ட பிரமசரியமுதலிய நி யமங்களின்றி சுவேச்சையாயிருந்தாலும், அவனிடமாதிகளுங்குப் பாத்திரனாகின்றான். எ-று- (அகூ)

(அ-கை) அதன் சாதனத்திலுபயோகமுள்ள இரண்டு வஸ்துக்களையும் கூறுகின்றார்.

தத்ரவஜ்ரஉபயவிதஸ்ருஷ்டிஸ்தயஸ்ருகூஸ்ருவிந ।
கஹீராவிதுகாஇதீயம்தந்நாஸீவயஸ்யவதீநீ ॥அகா॥

(இ-ள்) அதில் (வஜ்ரோலியப்பியாசத்தில்) உபயோகமு ள்ள இரண்டு வஸ்துக்களையும் சொல்லுகிறேன். அது (தன மில்லாத) எவனுக்கும் துர்லபமாம் (தூக்கத்திலுமைடையக் கூ டிய அல்லது தூக்கத்திலுமைடைதற்கரியதாம்). அவ்விரண்

டு வஸ்துச்களளவை யெனின், ஒன்று (குடிக்கும் பொருட்டு) பால். மற்றொன்று, சுவாதீனமுள்ள ஸ்திரீ. எ-று.

புணர்ச்சிக்குப் பின் இந்திரியம் பலமற்றுப்போகின்றபடியால், அதன் பலத்திற்காகப் பால் குடித்தல், யுக்தம். சிலரோ பால் குடித்தல் அப்பியாசகாலத்தில் ஆகருஷணஞ் செய்தற் பொருட்டாமென்பர். (அசு)

(அ-கை) வஜ்ரோலிமுத்திரையின் தன்மையைக் கூறுகின்றார்.

ெஐஹ ெந ஸஹ ெஐஹ ஈஃஹஷ்ரீ ஸஹஜ்ரோக ஸஹ ஸஹ ! வ ஸ்ரீவஜ்ராலீஹிஜிஸோ நோயாக ! !அடு!

(இ-ள்) விந்து வெளிப்படுவற்குச் சாதனமாகிய புணர்ச்சிக்குப்பின், புருஷனுவது ஸ்திரீயாவது மெல்ல நன்றாய் யத்தினபூர்வகமாக உபஸ்தத்தானத்தையிழுத்தலை (விந்துவைமேலிழுத்தலை)ச்செய்யவேண்டும். அதனால வஜ்ரோலிமுத்திரையின் சித்தியையடைவர். எ-று. (அடு)

(ஆ-கை) இனி வஜ்ரோலியின் மூதல் அங்கமாகிய பிரக்கிரியையைக் கூறுகின்றார்.

ய்ஹ ஹஜ்ரஸ்ய நாலெந ஹஸ்தாப்யாஜ் கஹ்ய ! ஸ ெநஸ்ரெந ஈஃஷ்ரக ஸ்ரீ ஹவ யஸ்யாஸ்யாரகாரணாக

(இ-ள்) ஈயமுதலியவற்றாற் செய்யப்பட்ட சிறந்த குழலால் இலிங்கத்துவாரத்தில் வாயு சஞ்சரிக்கும்பொருட்டு, மெல்ல மெல்ல அடிக்கடி ஒருப்பூதகுழலிற் போல் பூத்காரம் செய்யவேண்டும். எ-று.

* வஜ்ரோலியின் சாதனப்பிரக்கிரியை:—ஈயத்தாற் செய்ய

---

* இவ்வஜ்ரோலியால் விந்து சித்திப்பதற்குச் சுலபமானவேறு உபாயம் சிவசங்கிதையிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது வருமாறு:—

ப்பட்டதும், மிருதுவானதும், இலிங்கத்தில் பிரவேசிக்கத்தக்க தும், பதினன்கங்குலமாத்திர மளவுள்ளதுமாகிய சலாகை செய்து, அதை இலிங்கத்தில் செலுத்துதலே அப்பியசிக்கவேண்டும். அதாவது முதல் நாள் ஒரு அங்குலமாத்திரமும், இரண்டாம் நாள் இரண்டங்குலமாத்திரமும், மூன்றும் நாள் மூன்றங்குலமாத்திரமுமாக இப்படிக் கிரமமாய் விருத்திசெய்யவேண்டும். பன்னிரண்டங்குலமாத்திரம் பிரவேசித்தால் இலிங்கம்சுத்தமாம். பதினன்கங்குலமாத்திரமுள்ளதை இரண்டங்குலம் மேல்முகமாக வளைத்து, அதன் பன்னிரண்டங்குலமாத்திரத்தை உட்செலுத்தவேண்டும். மேல்முகமாக வளைந்த இரணடங்குலமாத்திரத்தை வெளியே வைக்கவேண்டும். அதன்பின் அதைக் கம்மாளனது திருப்பூதகுழலைப்போற் கொண்டு, இலிங்கஸ்தானத்தில் செலுத்தப்பட்ட பன்னிரண்டங்குல நாளத்தின்(குழலின்) மேல்முகமாகவளைந்த இரண்டங்குலமத்தியில் வாயு பிரவேசிக்கும்படி பூதகாரஞ்செய்ய(ஊத)வேண்டும். அதனால் நன்றாய் மார்க்கசுத்தியுண்டாகின்றது. அதன்பின் ஜலத்தை இலிங்கத்தாலிழுக்கவேண்டும். ஜலத்தை இழுத்தல் சித்தித்தபின். முன்சுலோகத்திற் கூறியபடி விந்துவை மேலிழுத்து அப்பியசிக்கவேண்டும். விந்துவை யாகருஷித்தல்(இழுத்தல்)சித்தித்தால் வஜ்ரோலிமுத்திரை சித்திக்கும். இது பிராணஜயமுள்ளவனுக்கே சித்திக்கும். மற்றவனுக்குச் சித்தியாது. கேசரிமுத்திரையும் பிராணஜயமுமாகிய இரண்டும் சித்தித்தவனுக்கே இது செவ்வையாய் உண்டாகின்றது. (அசு)

(அ-கை) இப்படி வஜ்ரோலியப்பியாசம் சித்தித்தபின், அதன் உத்தரசாதனத்தைக் கூறுகின்றார்.

தான் சிறு நீர்விடுங்காலத்து அதை வாயுவிலால் பலமாக மேலே இழுத்துக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விடவேண்டும். மறுபடியும் குரு உபதேசித்தபடி மேலிழுக்கவேண்டும். இப்படி ஆறுமாதம் பிரதினமும் அப்பியசித்தால் மகாசித்தியைத் தராநின்ற விந்துசித்தியுண்டாகும். நாலுபெண்களோடு கூடினும் விந்து நசியாதென்பதாம்.

நாஸீஹமெ வகஹி ஂஉ-ஂ ஶஹுராவெ நொயுஂ ஶாஹ
ஸெசு ॥ ॥அசு உ॥

(இ-ள்) இரதிகாலத்தில் ஸ்திரீயின் யோனியில் விழும் விந்துவை விழுவதற்கு முன்னமே வஜ்ரோலி முத்திரையினைப்பியாசத்தால் மேலே இழுக்கவேண்டும். எ-று. (அசுஉ)

(அ-னை) விழுவதற்குமுன் விந்து இழுக்கப்படாவிடின், விழுந்தபின் அதை யிழுக்கவேண்டுமெனக் கூறுகின்றார்.

வலி தம்வநிஜம்வெிந-ஂஶுஹு ஂ ஶாகூவடுராகஂயெசு ॥

(இ-ள்) ஸ்திரீயின் யோனியில் விழுந்த தனது சுக்கிலத்தையும் மேலே இழுத்து இரகஸிக்க(வைக்க)வேண்டும். எ-று.

சதாசாத்தால்(உம்மையால்)விந்துவோடு ஸ்திரீயின் இரஜஸை இழுத்தலும் கொள்ளப்படும். (அஎ)

(அ-னை) வஜ்ரோலியின் குணங்களைக் கூறுகின்றார்.

வஸவஂஸஂராகஂயெஜ்ஜி ஂஉ-ஂஶ்ரீ கு)-ஂஜய திபியாமவிசு|
ஶரணஂவெிந-ஂயோகி கஜீவ நஂவெிந-ஂயாரணாசு ॥அஅ॥

(இ-ள்) இப்படி விந்துவை எவன் இரகஸிக்கிறானோ, அப்படிப்பட்ட யோகியற்ற(யோகமுணர்ந்தவன்) மிருத்யுவை ஜயிக்கிறான். விந்துரக்தத்தால் மரணமும், விந்துரமணத்தால் ஜீவனமும் உண்டாகின்றமையால், விந்துவை இரட்சிக்கவேண்டும். எ-று. (அஅ)

(அ-னை) இதுவுமது.

வ-ஹ்மஂயொயொகிநாஉஉஜாயிதவிந-ஂயா
ரணாசு| யாவஜ்ஜி ஂஉ-ஂவஜ்ரிராஉஉ ஊ காவ தாஹுமயஂ
கு-ஂதஂ ॥ ॥அக॥

(இ-ள்) வஜ்ரோலியப்பியாசிகளாகிய யோகிகள்தம் தேசத்

தில் விந்துதாரணத்திலல் சுகந்தமுண்டாகின்றது. எவ்வளவுகாலம் தேகத்தில் விந்து நிலைத்திருக்கின்றதோ, அவ்வளவுகாலம் வாயில் மிருத்தியுபயமேது. இல்லையென்றபடி. என்று (அசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

விதாயதம நுணாஹ குஹ குயதம வஜீவிதம।
தஸாத்குரு மிதம நிவெஸ்வாகூணீயவயதம ॥கூடு॥

(இ-ள்) புருஷர்களின் சுக்கிலம்(சித்தம் அசைந்தால் அசைகின்றது. சித்தம் நிலைத்தால் நிலைக்கின்றதாகலின்) சித்தத்தின் ஆதீனமாம். (சுக்கிலம் நிலைத்தலால் ஜீவனமும், சுக்கிலம் நஷ்டமாதலால் மரணமுமுண்டாகின்றதாகலின்) ஜீவனம் சுக்கிலாதீனமாம். ஆதலால் சுக்கிலத்தையும் மனதையும் பிரயத்தினத்தால் இரகஷிக்கவேண்டும். அதாவது அவசியம் இரகஷிக்கவேண்டுமென்பதாம். என்று. (கூடு

(அ-கை) இதுவுமது.

ஏதைச்சாராஜோவெஸ்வம நிஜம வித்ரம வரகுதெஸ॥

(இ-ள்) இப்படி (முற்கூறிய அப்பியாசத்தால்) இருதுஸ்நானஞ்செய்தஸ்திரீயின் இரேதசையும் தனது சுக்கிலத்தையும் இரட்சிக்க(இழுக்க) வேண்டும். என்று. (கூடு)

(அ-கை) முற்கூறிய அப்பியாசத்தைக் காட்டுகின்றார்.

விஸம்ஹிணாகவஸ்யெஷ-மயூகம்ஹரியமஹாவயொகவிஸ॥

॥ கூக ॥

(இ-ள்) யோகசாதனமாயிருக்கின்ற வஜ்ரோலியப்பியாசத்தையறியும் அப்பியாசயோகவித்தானவன், சூரியனே(உபஸ்தேந்திரியத்தால் இரேதசையும் விந்துவையும் நன்றாய் மேலிழுக்கவேண்டும். (கூக)

சகஜோலி.

(அ-கை) சகஜோலி அமரோலியிவ்விரண்டையும் சொல்லுக

ருகி, அவை வஜ்ரோலியின் விசேஷ(பேத)மாமென்பதையும், சகஜோலியையுங் கூறுகின்றார்.

வஜ்ரஜ்வாலிஷ்வாஹிரோலி வஜ்ரஜ்வாலஹேஹிவாக
தீ: ஜ்வலஷ-ஹஷ்டநிகூஷிவபுஷ்டிஹாயவஜ்ரஹவ ॥கூ உ॥

(இ-ள்) சகஜோலியும் அமரோலியும் ஒரே பலமுடையனவாயிருத்தலால், அவை வஜ்ரோலியின் பேதமாம். கோமயத்தை எரித்தலாலுண்டாகும் நல்ல விபூதியை ஜலத்தில் போட்டு (ஜலத்தால் குழைத்து), எ-று. (கூ உ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஜ்ரஜ்வலெஷ-நாஹமுபூ0 ஸ்ரீவ-0வஜ்ராஷ்வா0
மவஜ்ரவதா0 । சூஷீநயொஷ-வெவெநவ ஹ-க்தவ்ர
வாஸயொஷ்கணாஷ் ॥ ॥கூ ஊ॥

(இ-ள்) வஜ்ரோலிமுத்திரையின் பொருட்டு புணர்ச்சி செய்தபின், சுகணை (இரதியுற்சவ)த்தினின்றும் நீங்கிய வியாபாரமுடைய (இரதிக்கிரியையில்லாத)வர்களாய், ஆநந்தமாக உட்கார்ந்திருக்கும் ஸ்திரீபுருஷர்களிருவருஞ் சோபனமாகிய (சிரசு, நெற்றி, நேத்திரம், ஹிருதயம், தோள், கையென்னும்) அங்கங்களில் பூசிக்கொள்ள வேண்டும். எ-று. (கூ ஊ)

(அ-கை) இதுவுமது-

வஜ்ரஜ்வாலிரியம்வொக்தா ஸ்ரஜயாயொகிஹிஷ்வ
ஹ | சுயம்ஸ-ஹகுரோயொமஹ ஹொமய-க்தாஷ்வி
ஹ-க்திஷ்டஷ் ॥ ॥கூ ரு॥

(இ-ள்) இக்கிரியை சகஜோலி யென்று சொல்லப்படுகின்றது. இது எப்போதும் யோகிகளால் சாதகையோடு செய்யத்தக்கதாம். சுகத்தை (சிரேயஸை)த்தருவதாகிய இந்தச்சகஜோலியென்னும் யோகம் (உபாயம்) யோகத்தோடு கூடியதாயிலும் முக்தியைத் தருவதாயிருக்கின்றது. எ-று. (கூ ரு)

(அ-கை) இதுவுமது.

கூயாயொமஃ வுணைவுவதாம யீராணாம்தகூஉஷி-ழ
நாம। நிசி-ழ்தராணாம்வியெவுத நதகூசி்தரா ஸாலி
நாம॥ ॥கூடு॥

(இ-ள்) இந்த யோகம் புண்ணியவான்களும் தீர்களும் (தைரியமுடையவர்களும்) தத்துவதரிசி (உண்மையுணர்ந்தவர்) களும் மற்சரமில்லாதவர்களுமாகிய புருஷர்களுக்குச் சித்திக்கும். மற்சரமுடையவர்களுக்குச் சித்தியாது. என-று.

மற்சரம்=அந்தியர்களது குணத்தைத் துவேஷித்தல்(கூடு)

அமரோலி.

(அ-கை) அமரோலியைக் கூறுகின்றார்.

விதாணகூவாதயிரோவையாராவிஹாயநிஷா
ரதயாம்தயாரா। நிஷெவுவிதஸீதலயுயாராகூ
வாலிகூவணுஉிததஃிரோலீ॥ ॥கூசு॥

(இ-ள்) பித்தம் மிகுதியாயிருத்தலால் முதல் அமிர்தாரையையும் சாரமற்றதாயிருத்தலால் கடைசிதாரையையும் விட்டு மத்தியதாரையானது சேவிக்கப்படுகின்றது. கண்டமென்னும் யோகவிசேஷத்தை ஒப்பியிருக்கும் கண்ட மதத்திலுள்ள காபாலிகத்தில் அதாவது கண்டகாபாலிக சம்பிரதாயத்தில் அமரோலி பிரசித்தமாம். என-று. (கூசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

கூஉரீயஃவிவைநிதயாம நலுயாகூவழுஷிநஷிந।
வஜ்ராலீஉயுவஷ்ஷியு மஃிரோலீதிகுயுவெத ॥கூஎ॥

(இ-ள்) அமரி * (சிவாம்பு) என்னும் அமராவாருணியை

---

* இதுவே திருமந்திரத்தில் அமுரி, சிவதீர் எனும்பெயரால் வழங்கப்பட்டிருக்கின்றது.

எவன் தினமும் குடிக்கிறானோ, நசியம் செய்து (சுவாசத்தால் அமரியை மூக்கினுட்கொண்டு) தினந்தோறும் முற்கூறிய வஜ்ரோலியை யப்பியசிக்கிறானோ, அது அமரோலியென்று காபாலிகர்களால் சொல்லப்படுகின்றது. என-று.

நசியபூர்வகமாகிய வஜ்ரோலி அமரோலியென்னும் சத்தத்தால் சொல்லப்படுகின்றது என்பதுபொருள். காபாலிகர்களாலென்பது வருவிக்கப்பட்டது. (கூஎ)

(அ-கை) இதுவுமது

சுஹுராவாந்ஸ்ரீகாவாஜ்ரம் விஹகதுராவஸஹஜிரு
பெகுயாரயெஉ- துகோமெஉ- ஜிவுஜ்ஜவுடிஃ ப்ரஜா
யதெ ॥ ॥கூஅ॥

(இ-ள்) அமரோலியப்பியாசத்தால் வெளிப்பட்ட சந்திராமிர்தத்தை விந்துவோடு சேர்த்து, சிரசு, கபாலம், நேத்திரம், தோள், கண்டம், இருதயம், கை முதலிய உத்தமாங்கங்களில் தரிக்கவேண்டும். அதனால் திவ்வியதிருஷ்டி (பூதபவிஷ்ய வர்த்தமான காலங்களில் மறைக்கப்பட்டனவாய்த் தூரத்திலுள்ள பதார்த்தங்களைக் காணத்தக்க திருஷ்டி) மிகுதியாக உண்டாகின்றது. எ-று.

அமரியை அப்பியசிக்குங் கன்மையாகிய விசேஷங்கள் சிவாம்புகற்பமுதலியவற்றால் அறியத்தக்கனவாம். (கூஅ)

(அ-கை) புருஷனை வஜ்ரோலி சாதனத்தைக் கூறி ஸ்திரீயின் சாதனத்தைக் கூறுகின்றார்.

வ-ஂவொவாவிந-ஂவுசோக-ஂவுவுசிவுஹவுராவவாட
வாசு ॥ டஜி தாரீராஜோராகெஉஜெராவுராவாவியொ
ஹிநீ ॥ ॥கூக॥

(இ-ள்) ஸ்திரீயானவள் செவ்வையாய் அப்பியசிக்கும் தே

ர்ச்சியால் புருஷனது வீரியத்தை நன்றாயிழுத்து, இராஜஸை வஜ்ரோலி முத்திரையினால் இரகஷிப்பாளாயின், அந்த ஸ்திரீயும் யோகினி (யோகவதி) யாவள். எ-று.

'ஷ-ம்ஹாவிந-ஸாய-க்ஷம் ॥ புருடனது விந்துவோ கூடியது' என்னும் பாடத்திலோ இது இராஜத்திற்கு விசேஷணமாம். (ஆசு)

(அ-கை) ஸ்திரீகள் செய்யும் வஜ்ரோலியின் பலத்தைக் கூறுகின்றார்.

தஸ்யாஷ்கிம்வித ஜ்ஞாநம் நஷ்டதீ நஷ்டசேஷ்டிதம் ।
தஸ்யாஃஸரீரே நாஷ்டாவிந-தாரவிஷ்டதி ॥ கஂ0 ॥

(இ-ள்) (வஜ்ரோலியப்பியாசசிலமுள்ள) அந்தஸ்திரீயின் சுரோணிதம் அற்பமாயினும் நாசமடை(விழு)கிறதில்லை. இதிற் சந்தேகமில்லை. அந்தஸ்திரீயின் சரீரத்தில் நாதமும் விந்துத்தன்மையை யடைகின்றது. அதாவது விந்துவோடு ஐக்கியமாகின்றது என்பதுபோருள்) எ-று.

அமிர்தசித்தியில் "பீஜம்ஷுவளரூஷ்டம்பொக்கம்ரஜஸ்ஸ்ரீ ஸ்ருதம் । நரயோஷைரமயோரிவ நஷ்டஸ்ரீஃஸம்ஜாய தெநாணா ॥ யதாஷ்டம்தாரவியாமஃ ஸ்யாத்தாவியோகீதி யதெத । விந-ஷ்டுதியஃவ்ரோதெக்தா ரஜஃ ஸஞ்சயபோதக யா ॥ நரயொஃ ஸம்ஹதாவேவஜாயதெதவாரிம்வஷ்டம் । ஸ்ரவதோரதோரவிந-யதிபுதோரயதிபுஷ்ஸயா ॥ நரஸ்ய) தெவதாஃ ஸவபுராஸ்ரிஷ்டம்தஸ்தாரூபவதஃ । பீஜம்(சுக்கிலம்) புருஷனது எனப்படுகின்றது. இராஜ ஸ்திரீயினின்று முண்டாகியது. இவ்விரண்டும்வெளியே சேருதலால் நாற்களது சிருஷ்டியுண்டாகின்றது. எப்போது உட்சம்பந்தமுண்டாகின்

றதோ, அப்போது யோகியெனப்படுகின்றான். விந்து சந்திர மயமாகவும் இரஜசு சூரியமயமாகவும் சொல்லப்படுகின்றது. இவ்விரண்டின் சேர்க்கையிலேயே பரமபதமுண்டாகின்றது. விந்துவானது சுவர்க்கம், மோக்ஷம், தர்மம், அதர்மம் என்பவற்றைத் தருவதாம். அதன்மத்தியில் சகலதேவதைகளும் கூட்டமாயடிவமாக இருக்கின்றார்கள்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (க00)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸவிந்து-ஸ்தோ ஜகதி²ஷ்ட²வஸ்தூ²ஸ்தி²தஸ்ஸ²ரீரே ।வ
ஜ்ரயுஷ்யாஸ்ஸயோகினாம் ஸவஸ்தி²ஸ்ஸ்யாத் ॥

(இ-ள்) அந்தப்புருஷனது விந்துவும் ஸ்திரீயின் சோணிதமும் வஜ்ரோபாயப்பிரயோகத்தால் ஒன்றுகித் தேகத்திலிருந்தாலெண்டு சகலசித்திகளையும் தருகின்றனை. எ-று. (க0க)

(அ-கை) இதுவுமது.

ரவிகூடாக்ஷரயுதாத்ரியுக்³மாரஜஸ் ஸாஹரிவர்ணகம் ।
தீ³ ! கதீ³காமகம்வெத்தி வெஜ்ரீஸஹவெஜ்ரவம் ॥

(இ-ள்) எந்தஸ்திரீயானவள் யோனியைச் சுருக்குதலால் இரஜசை (சோணிதத்தை) மேற்கொண்டுபோய் இரட்சிக்கிறாளோ, அந்த யோகசாஸ்திரப்பிரசித்தமாகிய யோகினியானவள் சென்றதும் வருவதும் அறிவாள். நிச்சயமாகவே ஆகாயத்தில் சஞ்சரிப்பவளாவள். எ-று. (க0உ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஷஷவஹிபி⁰ஸஹவெஜ்ரவஜ்ரயுஹ்யாஸயோகதஃ ।
கயமவ-ஸ்ரயுகோரயோவிமா ஸஹவிமஸ-ஸ்தூலவிக-
திஃ ॥ ॥க0ங॥

(இ-ள்) வஜ்ரோலியப்பியாசமாகிய யோகத்தால் (ரூபலாவண்ணியம், பலம், வஜ்ரத்தைப்பொடித்தல் என்னும்) தேகசித்தியையடைகிறார்கள். இந்த வஜ்ரோலியப்பியாச யோகம் அதிருஷ்டவிசேஷமாகிய புண்ணியத்தை யுண்டாக்குவதாயும், போகங்களைப் புசித்துக் கொண்டிருக்க மோக்ஷத்தைத்தருவதாயுமிருக்கின்றது. எ-று. (கஅக)

(அ-கை) சக்திசாலனத்தைச் சொல்லக்கருதி, அதன் உபோற்காதத்தன்மையால் குண்டலியின் பரியாயங்களையும், அதனால் மோக்ஷத்துவாரத்தைப் பேதித்தல் முதலியவற்றையும் கூறுகின்றார்.

கூடிஷ்டாம்பீகூம்ஷமி நீ ஹ்ரீம்ஜீஷக்திஸ்ரீஷ்ரீ । கூளை
ஷ்யுஸ்ரூம்யதீவிவெதிஷுஷ்வோஃவாயுவாவகாஃ ॥கஅஈ॥

(இ-ள்). குடிலாங்கி, குண்டலினி, புஜங்கி, சக்தி, ஈசுவரி, குண்டலி, அருந்ததி என்னும் இவ்வேழும் பரியாயச்சொற்களாம். எ-று. (கஅச)

(அ-கை). இதுவுமது.

உஷ்ணாடியெதவாடஃதஸ்யாகூம்விகூயாஹ்ஹாகூ ।
கூண்டலி நுஷ்டயாயொதீவெகூஷ்வாஸ்ரஃவிஹெஃயெசூ ॥

(இ-ள்). எப்படிப் புருஷன் ஹடத்தால் (பலத்தினால்) திறவுகோற்கொண்டு கதவைத் திறக்கிறானோ, அதுபோல யோகியானவன் ஹடத்தால் (ஹடாப்பியாசத்தால்) குண்டலிசக்தியைக்கொண்டு மோக்ஷத்துவார (மோக்ஷத்தையடைவிக்கும் சுழுமுனைமார்க்க)த்தை விசேஷமாகப் பேதிக்கிறான். எ-று.

ஹடத்தாலென்பது ($) தேகலீதீபநியாயத்தால் இரண்டி

---

* தேஹலிதீபநியாயமென்பது தாழ்வாரத்திலுள்ள தீபந்திருஷ்டாந்தமென்பதாம். அதாவது தாழ்வாரத்தில் வைக்கப்பட்ட தீபம் உள்ளும் வெளியுமாகிய இரண்டிடத்தையும் விளக்குதல்போல இங்கே மூலத்திலுள்ள ஹடமென்னுஞ்சொல் திறவுகோற்கொண்டு, குண்டலிசக்தியைக்கொண்டு என்னும் இரண்டிடத்தும் சம்பந்திக்கின்றது என்பது பொருள்.

டத்தும்பொருந்தும். "தயொஜுரோயநஜு தசுவதி - அதனல் மேற்சென்று ஆபிர்தத்தன்மையை யடைகிறன்" என்னும் சுருதியால் மோகூத்துவாமத்தைப் பேதிக்கிறன் எனப்பட்டது.

(அ-கை). இதுவுமது.

யெநரொமுணமதவுபைஹஸ்ரொநநிராசியம ।
சுவெநாஹாசுதஸ்ரமவுஸுவாவரசிஸ்ரீ॥கூசு॥

(இ-ள்). நிராமயபிரமஸ்தான (ரோகஜுந்தியதுக்கமில்லாத பிரமத்தின் ஆவிர்ப்பாவத்தை யுண்டாக்குமிட)மாகிய பிரமரந்திரம் எந்தச் சுழுமுனைமார்க்கத்தால் அடையப்படுகின்றதோ, அந்த மார்க்கத்தின் துவாரத்தை முகத்தால் மூடிக்கொண்டு பரமேசுவரியென்னும் குண்டலினியானது தூங்குகின்றது. எ-று.

"தஸ்யாஸ்ரீவாயாசியுவாசாதாவுவஸ்ரி கஃ। அதன் சிகையின் மத்தியில் பரமாத்துமா வீற்றிருக்கின்றார்" என்னும் சுருதியால் பிரமரந்திரம் பிரமஸ்தானமாம். (கூசு)

(அ-கை). இதுவுமது.

கூவொயுஸ்ரீகூணுஜீஸுகிஃ வஸ்தாசொகூயயொ
ஜி நாலைவெய நாயஜிஅுசா நாரெ யஸ்ரூரெத்திஸயொக
விசு ॥ ॥கூஎ॥

(இ-ள்) குண்டலிசக்தி, கந்தத்தின் மேற்பாகத்தில் யோகிகளுக்கு மோகூத்தின்பொருட்டும், மூடர்களுக்குப் பந்தத்தின் பொருட்டுமாகத் தூங்குகின்றது. சகலயோகதந்திரங்களுக்கும் குண்டலிசக்தி ஆதியமாயிருத்தலால், அக்குண்டலிசக்தியை எவன் அறிகிறானோ, அவன் யோகவித்தாவன். எ-று

யோகிகள் தூங்குமக்குண்டலியை விழிப்பித்தலால் முத்தர்களாகின்றார்கள். மூடர்கள் அதையறியாமல் பெத்தர்களாயிருக்கிறார்களென்பது காற்பரியம். (கூஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

கூணலீ கூடிலாகாரா வலவுவதுனிகீதிடுதா ।
லாபகிரோலி தாயெநலய-மெதோ நாதலமயஃ ॥

* குண்டலிசக்தி பாம்பைப்போல குடில (வளைந்த) வடிவ முள்ளதென்று யோகிகளால் சொல்லப்படுகின்றது. அக்குண் டலிசக்தி எந்தப்புநாடலால் சாலனஞ்செய்ய (மூலாதாரத்தினின் றும் மேலே கொண்டுவர)ப்படுகின்றதோ, அவன் முக்த (அஞ் ஞான பந்தத்தினின்றும் நீங்கியவ)னாகின்றான். இதிற்சமுசய மில்லை. ("தயொயுகோய நஸ்ரீ தகுவதே॥ அதனால் மேற்சென் று அமிர்தத்தன்மையடைகிறான்" என்னுஞ் சுருதியால்.) க0அ

(அ-கை) இதுவுமது.

மமாயசி-நயொகியுவொருணா தவலி நீ ।
வொதாகாரெணமஹீபா குஇலிவொஃவொரிமவீ ॥

(இ-ள்) (ஆதார ஆதேயத்தன்மையாக அவற்றைப்பாவித் தலாலாவது, அல்லது கங்கையமுனைகளை அபேதமாகப்பாவித்த லாலாவது) கங்கையமுனை யென்னும் இடைபிங்கலைகளின் மத் தியாகிய சுழுமுனைமார்க்கத்தில் (உண்டியில்லா திருத்தலால்) தப சுடையவளாகிய பாலாண்டா (இளமையாகிய சீர்கெடாள்) என்னும் குண்டலியைப் பலாத்காரமாகக் கிரகிக்கவேண்டும். அ தது (அதைக் கங்கையமுனைகளின் மத்தியில் கிரகித்தல்) விஷ்ணு வின் (ஹரியின் அல்லது வியாபகமாகிய ஆத்துமாவின்) பரமபத மா (பரமபதத்தையடைவிப்பதா)ம். எ-று. (க0சு)

---

* கந்தத்திற்குமேல் குண்டலிசக்தியானது அஷ்டப்பிரகிருதி வடிவாய் எட்டுமுறை குண்டலவடிவமாய்ப் பிரமத்துவாரத்தில் முகத்தை வைத்து மூடிக்கொண்டு தூங்குகிறதென்று சாண்டில்யம் யோகூடாம ணிமுதலிய உபநிஷத்துக்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதை வாசிஷ்டத்தின் சூடாலகதையில் விரிவாய்க் காணலாம்.

ஷடங்கயோகப்பிரதிபேதை.

(அ-கை) கங்கையமுனைமுதலிய பதங்களின் அர்த்தத்தைக் கூறுகின்றார்.

இடாஹமவதீமம்மா விம்மதுயசிஷ்டநாடீ | இடா விம்மதுயொசிஷ்டியெ வாதாரணாவகுண்டலீ ॥கக0॥

(இ-ள்) இடதுசுவாசமாகிய இடது நாடியென்னும் பகவதி(ஐசுவரியமுதலியவற்றோடு கூடியது), கங்கையென்னும் பதத்திற்குப் பொருளாம். வலதுசுவாசமாகிய பிங்கலை, யமுனையென்னும் பதத்திற்குப் பொருளாம். இடைபிங்கலைகளிரண்டிற்கும் மத்தியிலுள்ள குண்டலி, பாலாண்டையென்னும் பதத்திற்குப் பொருளாம். எ-று. (கக0)

(அ-கை) சக்திசாலனத்தைக் கூறுகிறார்.

வக்ஷேஹ்ருஹுஜீம் வக்ஷாசிக்ஷேயபெஷ்ட கா0 | நிஷ்டாவிஹாயவ்யாஷ்டிஷ்டு யுசிக்திவ்டெதவ ரசு ॥ ककक॥

(இ-ள்) நித்திரைசெய்யும் சர்ப்பமாகிய அக்குண்டலியை வாலைப்பிடித்து எழுப்பவேண்டும். அந்தக் குண்டலிசக்தி நித்திரையைவிட்டு ஹடத்தால் மேலெழும்புகின்றது. எ-று.

இவ்விரகியம் குருமுகமாக அறியத்தக்கதாம். (ककक)

(அ-கை) இதுவுமது.

சவஷ்டிதாவிவெவஹணாவதீஹா ப்ரதிஷ்டாயவ ஹாராயபுசாத்0 | ப்ரவஹப்ரஹப்ரா க்ரியாநய-க்ரியாப்ரஹ்ருநிகர்0வரிவாஹநீயா ॥ ककख॥

(இ-ள்) மூலாதாரத்திற்பொருந்தியுள்ள பாம்பாகிய அக்குண்டலினி, சூரியனுல் பூரித்துப் பரிதானயுக்தியால் விகசித்து, சூரியாஸ்தமன காலத்திலும் சூரியோதயகாலத்திலும் நினைந்தோறும் அரைச்சாமம்(இரண்டுமுகூர்த்தமாத்திரம்) சாலனஞ் செய்யத்தக்கதாம். எ-று.

பரிதானயுக்தி தேசிகரால் அறியக்கக்கது. (கக2)

(அ-கை) கந்தத்தைச் செவ்வையாகப் பீடித்தலால் சக்திசாலைமுண்டாதலைச் சொல்லக்கருதி, ஆதியில் கந்தத்தின் ஸ்தானத்தையும் சொரூபத்தையும் கூறுகின்றார்.

உளயூழம்விதவிஸேதூ₀கஂவிஸ்வரூ₀வதஂரூ₀மஂஞ்ச₀।
ஶ்ரீஷஂயவயஞ்ச₀ வெஸ்தூ₀ வெஷ்டி தா₀வைரயுக்ஷணா₀ ॥

(இ-ள்) கந்தத்தின்சொரூபம், மூலஸ்தானத்திற்கு ஒரு சாண்(பன்னிரண்டங்குலம்)மேலே காபித்தும் இலிங்கத்திற்கும் மத்தியில் நான்கங்குலவிஸ்தாரமாய் மிருதுவாயும், வெண்மையாயும், சுற்றப்பட்ட வஸ்திரத்தின் சொரூபத்தைப் போன்ற இலக்ஷணமுள்ளதாயும் யோகிகளாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. எ-று.

காபி இலிங்கங்களின் மத்தியில் என்றதனால் கந்தத்தின் ஸ்தானம் சொல்லப்பட்டது. அப்படியே கோரக்கசதகத்தில் உளயூழம்விஶ்ரஉயொ நாவெஃஸ்வரஉயொ நிஃவமாஜ்ஞவஸ்। கந்த நாயஃஸ்வரூஸ்வரூபஸ்வரூபாணாஂசிலஷ்டகி॥ இலிங்கத்திற்குமேலும் காபிக்குக் கீழுமாகிய இடத்தில் பட்சியின் முட்டையைப் போல கந்தயோனியிருக்கின்றது. அதில் எழுபத்தீராயிரம் நாடிகள் உண்டாயிருக்கின்றன" என்றும், யாஞ்ஞவல்கியரால் "மூலாதாரஸ்யாமூலமுயூழம்விஶ்ராந்தஸ்யாமூலாத: । வேஷ்டயந்கண்டகாகாரயந் ஸுஷும்நாநாடீரிதம்॥ கூர்மஷ்ட நாடி நாஷ்டியாணாம் வேஷ்டயந்நவாமஸ்தம் । யதாஸுகமஸ்துயி ஷ்டாஸீனயாஸனம் கயாவியம் ॥ கணாகஷ்டதிவஷ்டராரு ஹஸ்வதிகம்வக்ஷமாஜிஹ்ம: । யதாஷ்டாங்கிராஷ்டாம் நிஜாநாம்நாநுதியஷ்மம் ॥ * குதத்திற்கு இரண்டங்குலம்மேலும் இலிங்கத்தி

---

* இப்படியே கந்தத்தின் இலக்ஷணம் வாகம், தீரிசிகி, யோகதூடாமணி, தியானபிந்து, தரிசனம், சாண்டில்யமுதலிய வுபநிஷத்துக்களிலும் தூதசங்கிதை, சித்தாந்தசாராவளிமுதலிய மற்றச்சாஸ்திரங்களிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

ற்கு இரண்டங்குலம் கீழுமாகிய தேகத்தின் மத்தியானது சரீர கடிவாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. கந்தஸ்தானம், மனிதர் களுக்குத் தேகமத்திய(மூலாதார) த்தினின்றும் ஒன்பதங்குல ம் மேல், நான்கு அங்குலமகலமுநீளமு முள்ளதாய், முட்டை போன்ற வடிவுடையதாய்த் துவக்கு(தோல்)முதலியவற்றால் அ லங்காரிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. நாற்காலிகளுக்குந் திரியக்குகளு க்கும் பட்சிகளுக்கும் வயிற்றின் நடுவிலிருக்கும்'' என்று சொ ல்லப்பட்டிருக்கின்றது. குதத்திற்கிரண்டங்குலத்திற்கு மே ல் தேகமதியபாகம், ஒரு அங்குலம். அதிலிருந்து ஒன்பதங் குலம் கந்தஸ்தானமாம். ஆகப்பன்னிரண்டங்குலப் பிரமா ணம். அதாவது ஒருசாண்மாத்திரமாயிற்று. விஸ்தாரமென் பது உயரத்திற்கும உபலக்ஷணமாம். (கக கூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸதிவஜ்ராஸநே நவாங்குளகாராஹ்யாயாமவிஸ்தாரே।
மூலேத்ரிபாதிகே வேத கந்தஸ்தாநம் ப்ரகீர்திதம் ॥கக சு॥

(இ-ள்) வஜ்ராசனம் சேர்த்து இரண்டுகைகளாலும் காற் பாடுகளுக்குச் சமீபத்தில் அதாவது கொஞ்சம் மேல் இரண்டு பா தங்களையும் திடமாய்ப்பிடித்து, அவ்விரண்டு பாதங்களாலும் அந் தக்கந்தஸ்தானத்திலுள்ள கந்தத்தைச் செவ்வையாய்ப் பிடிக்க வேண்டும். (காற்பாட்டிற்குமேல் இரண்டுகைகளாலும் இரண் டுபாதங்களையும் பிடித்து காபியின் கீழ்ப்பாகத்திலுள்ள கந்த த்தைப் பிடிக்கவேண்டுமென்பது பொருள்.)என்று. (கக சு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஜ்ராஸநே நஷ்டிகாபோதீ வாயுயிக்வாவகுண்டலீ।
கூர்மபாதாந்தராலஸ்தா குண்டலீ ஸாரவைரயிகா ॥

(இ-ள்) வஜ்ராசனத்திலிருக்கும்யோகி குண்டலினைச் சாலனஞ்செய்து (சக்திசாலன முத்திரைச்செய்து), அதன்

பின் (சக்திசாலனஞ்செய்தபின்) பஸ்தினாயென்னும் கும்பகஞ் செய்யவேண்டும். இப்படிக் குண்டலிசக்தியைச் சிக்கிரம் விழிப்பிக்கவேண்டும். என-று.

வஜ்ஜிராசனம் சக்திசாலனத்திற்கு முன் விதிக்கப்பட்டிருக்கினும் மறுபடியும் அதனையே கூறுதல், சக்திசாலனத்திற்குப் பின் பஸ்தினாயில் வஜ்ஜிராசனமே செய்யவேண்டும் என்னும் நியமத்தின் பொருட்டாம்- (ககஞ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹாதெநாஸாகூஸுநகூயபூர தூணைஸுஸாலு பெதுகஃ ।ஜகு-வதூமகஸுஸாவி கஸுஜகு-ஹயாகூகஃ ॥

॥ ககசு॥

(இ-ள்) நாபிதேசத்திலுள்ள சூரியனை யிழுத்தல் செய்யவேண்டும். அதாவது நாபியை இழுத்தலினாலேயே சூரியனை யிழுத்தலுண்டாகின்றது. அதனால் (சூரியனை இழுத்தலால்) குண்டலிசக்தியைச் சாலனஞ்செய்யவேண்டும். இப்படிச்செய்பவன் காலன்வாயில் அகப்பட்டவனையினும் அவனுக்குங் காலபயமேது? எவ்விதத்திலுமில்லை. என-று. (ககட)

(அ-கை) இதுவுமது.

சூஹதபுஜயவயபுஜ ஙிஹபுயஸுஸாஸுநாஉஸள ।
உளயுபுசாகூஷுவுதகிஸுஸு-வஷ-ஜிராயாகஸுசி-ஹுதா ॥

(இ-ள்) இரண்டு முகூர்த்தம் வரையில் (நான்கு கடிகை வரையில்) சங்கையில்லாமல் (நிர்ப்பயமாய்ச்) சாலனஞ் செய்தலால், இந்தச் சக்தி சுழுமுனையில் பொருந்தியதாய்க் கொஞ்சம் மேலே இழுக்கப்படுகின்றது. என-று. (ககள)

(அ-கை) இதுவுமது.

தெநகூணைஸீ நீதஸுஸாஃ ஸுவஷ-ஜிராயாசி-வையுவழு । ஜஹராகி தஸுஸாகூபாணைஸுபஃ ஸுவஷ-ஜிராவஜ கிஸுகஃ ॥

॥ ககஷ ॥

(இ-ள்) அதனால் (மேலிழுத்தலால்) குண்டலி, அந்தப் பிரசித்தமாகிய சுழுமுனையின் முகத்தை (பிரவேசமார்க்கத்தை) நிச்சயமாக விடுகின்றது. அதனால் (மார்க்கத்தை விடுதலால்) அந்தப் பிராணவாயு தானே சுழுமுனையை யடைகின்றது. என்று.

குண்டலினி சுழுமுனைமுகத்தினின்றும் முன்னமே விலகியிருந்தலால் பிராணன் சுழிமுனையை யடைகின்றதென்பது தாற்பரியம். (கக அ)

(அ-னை) இதுவுமது.

கஸ்ஸா ஸ்ஸுஸ்ஸாஷயெஸ்ஸி கஸ்ஸ ஷஸ்ஸவஷ்ஷ ஸிஸ்ஸய
ஸ்ஸீஸ்ஸி | கஷ்ஸ்ஸாஃஷஸ்ஸுஸ்ஸாஷுஷெகஷெஸ்ஸ யொஸ்ஸீஸ்ஸாஷெஸ்ஸஃ
ஷுஸ்ஸிஷ்ஸ்ஸுஸ்ஸி ॥ ॥ கஎகூ ॥

(இ-ள்) (காகுல் சக்திசாலனத்தால் பிராணன் சுழுமுனையை யடைகின்றதே) அதனால் சுகமாய்த்தூங்கும் அருந்ததியென்னும் சக்தியைத் தினந்தோறும் செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்யவேண்டும். அந்தச் சக்தியைச் செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்தலினாலேயே யோகி, காசம்சுவாசம்சூலாதிய ரோகங்களினின்றும் விடுபடுகின்றான். என்று. (கஎகூ)

(அ-னை) இதுவுமது.

பெ நஷஸ்ஸுஸ்ஸாஷி தாஸஸ்ஸ்ஸிஃ ஷயொஸ்ஸீஷிஜி ஷாஜஸ்ஸுஷ் ॥
கிஷ்ஸ்தெஷஷ்ஷெஸ்ஸாஷெஸ்ஸ்ஸ்ஸ கஸ்ஸாஷுஸ்ஸுஷ கிஸ்ஸீஷுஸ்ஸா ॥ கஉ0 ॥

(இ-ள்) எந்த யோகியால் குண்டலிசக்தி செவ்வையாய்ச் சாலனஞ் செய்யப்பட்டதோ, அந்த யோகி அணிமாதிசித்தி களுக்குப் பாத்திரனாகின்றான். இதில் அதிசயமாய்ச் சொல்லுவதிகனல் என்? ஒன்றுமில்லை. காலனை விளையாட்டாகவே (அநாயாசமாகவே) ஜயிக்கின்றான். என்று. (கஉ0)

(அ-னை) இதுவுமது.

ஷ்ஷெஷஷுஸ்ஸுஸ்ஸாஷுஸ்ஸெஷெஷுஷ்ஷ கிஸ்ஸ்ஸ்ஸாஃஷஸ்ஸி தாஸஸ்ஸ்ஸிஃ

ஶ்ரோத்ரமுபஸ்ருத்ய கர்ணாப்யாமுதரமாபூர்ய ।

(இ-ள்) சுரோத்திரமுதலியவற்றோடு உபஸ்தேந்திரியத்தையும் அடக்குதலில் தற்பரனும், ஹிதமும் (பத்தியமும்) மிதமும் (நான்காவது பாகம் நீங்கியது) மான போஜனமுள்ளவனுமாகிய குண்டலியப்பியாச (சக்திசாலனப்பியாச) முடையயோகிக்கு ஒருமண்டல (நாற்பது தின) த்திற்குமேல் பிராணயாமசித்தி காணப்படுகின்றது. எ-று.

ஸம்யகாஸனே ஸுகே வாஹிவவநாஸ் வாவணாட
தீவீர்க்ருத்ய ஸுஸ்ரோஷ்ணிவஸ்ரிர்க்ருத்ய கண்ட
காயாஸ்துகம் । ஸிக்வாகாஸவிஸரஸுவந்திவஸுஹம் ஹஸ்ரயு
தாபீஹகம் கத்தாயம்கரணெகவநகுவகாம் ஸிஸ்ரயு
வஸ்ஸ்யவஸ் ॥ நாஸியின் வலதுமார்க்கமாகச் செல்லும் வாயுவால் பிராணன் மிக நீட்டப்பட்டதாகின்றது. சரீரம் உண்ணுகிற்குமேலுள்ள சந்திரப்பிரதையினால் பூரிக்கப்பட்ட அமிர்தத்தையுடையதாகின்றது. அதனால் காலனது விசாலமாகிய அக்கினியின் வசமாயிருப்பதைச் சேதித்து, அச்சரீரத்தைப் பிரமாந்திர காடியிலுள்ளதாகச் செய்து மறுபடியும் ஒன்பதுதினம் அடிமாத்தைப்போல் நிச்சயமாகவே சேதிக்கப்படுகின்றது" ()

(அ-கை) இதுவுமது.

கும்பஸ்ரீஸ்ரூபயிகுவாத்ய ஸஸ்ரூபயபூர ஸிஸ்ரூவத
கம் । வஸவஸ்ரூஸுவெதாதிகயம் யதிஸ்ரூபயஸிஸ்ரூகுத்ய ॥

(இ-ள்) குண்டலியைச் சாலனம் செய்து, அதன்பின் பஸ்தியென்னும் கும்பகத்தை விசேஷமாகச் செய்யவேண்டும். இப்படித் தினந்தோறும் அப்பியாசித்தால் யோகிகளுக்கு இயமபயமேது? (யோகிகளுக்குத் தேகநீக்கம் சுவாதீனமாயிருத்தலால், ஒரு விதத்தாலும் பயமில்லை யென்பது தாற்பரியம்.) எ-று. (கஉஉ)

(அ-கை) இதவுமது.

ஆஸவத்திஸ ஹஸ்ராணாம் நாடீ நாஜஸுஸாயதே।
கஃபப்ரகூராஸுதி நாவாயஃ கஃஜ்ஜ்ஞாஸ்ஸ நாஶ்ரிதே॥

(இ-ள்) எழுபத்தீராயிரம் நாடிகளின் மலத்தைச் சோதிக்க வேண்டுமாயின், அதற்குச் சக்திசாலனமாகிய குண்டலியப்பியாசமின்றி வேறு சுத்திசெய்யு முபாயமேது? (வேறு உபாயமில்லை. சக்திசாலனத்திலேயே சகல நாடிகளுக்கும் மல சுத்தியுண்டாகின்றதென்பது கருத்து.) எ-று. (கஉக)

(அ-கை) இதவுமது.

ஊபகஃயுஃக நாடீ ஶுத்யஸ்யாஸ்ஸ நயோகிநாஃ।
கூஸ்ஸ நஸ்ராண ஸம்யாக் கஃஉதிஃ ஸர்ஸுஸாஸ்ஸவஸ்ய॥

(இ-ள்) இந்த மத்திமை நாடியாகிய சுழுமுன்னையானது யோகிகளுக்குத் திடாப்பியாசத்தாலும், சுவஸ்திகாதி ஆசனங்களாலும், பிராணயாமத்தாலும் மகாமுத்திராமுதலிய முத்திரைகளாலும் சாளமுடையதாகின்றது. எ-று. (கஉச)

(அ-கை) இதவுமது.

கஸ்யாஸ்ஸவஸ்ய கஃவிநிஃ ஶ்ராணாம் கஃநாயஃகூஸாஸ்ஸாயி
நாம் | ஸ்ஃஉராணீஸ்யாவராகஃஉர ஸஃஉராம்ஸ்ஸிஃம்ஸ்யஸ்ஸ
கி॥ ॥கஉரு॥

(இ-ள்) சமாதியினால் அங்கியவிருத்தி நிரோதவடிவமாகிய ஏகாக்கிரத்தன்மையால் மனதை (அந்தக்காணத்தை) தாரணைசெய்து, அப்பியாசத்தி (மனதை நிலைப்பிக்கும் முயற்சியி)ல் நித்திரையில்லாதவர்களுக்குச் சாம்பவிமுத்திரையாவது, அல்லது அங்கியமாகிய உன்மனிமுதலிய முத்திரைகளாவது பத்திரையாகிய (சுபமுள்ள)யோகசித்தியைத் தருகின்றன. எ-று.

இதனால் வடயோகத்திற்கு உபகாரமான ராஜயோகம்

சொல்லப்பட்டது. இங்கே நிக்கிரையென்னுஞ் சொல் ஹேலசியத்திற்கு உபலக்ஷணமாம். (கஉஅ)

(ஆ-கை) இராஜயோகமில்லாவிடின், ஆசனமுதலியவை வியர்த்தமாமென்பதை ஔபசாரிகச் சிலேடையாகக் கூறுகின்றார்.

ராஜயொமாவி நாவ்யஃ ராஜயொமாவி நாநிஷா |
ராஜயொமாவி நாசி-உ ரா விவி தாவி நயொஹெ ||

(இ-ள்) இராஜயோகமின்றிப் பிருதிவியென்னு மாசனமும், இராஜயோகமின்றி நிசாவென்னுங் கும்பகமும், இராஜயோகமின்றி மகாமுத்திரைமுதலிய முத்திரைகளும் வெவ்வேறுவிதமுள்ளனவாயினும், அல்லது விலக்ஷணமுடையனவாயினும் சோபிக்கமாட்டா. வேறுபக்ஷத்தில், (ஆஸ்ரவோனின்றிப் பூமியில் பற்பல உபத்திரவம் சம்பவித்தலால்) இராஜாவாகிய ஆசனது சம்பந்தமின்றிப் பூமி இரத்தினமுதலியவற்றை விளைவித்தலால் விலக்ஷணமுடையதாயினும் சோபிக்காது. ['வொ ஹிரண்யகர்ப்போ ஹ்யாக்ஷ்மண்யோ ராஜா—சோமன் (சந்திரன்) பிராமணர்களாகிய எங்களுக்கு இராஜா' வென்னும் சுருதியால்,] இராஜாவாகிய சந்திரனது சம்பந்தமின்றி, நிசி (இராத்திரி) கமலமுகுத்திரமுதலியவற்றால் விகசித்திரமுடையதாயினும் சோபிக்காது. இராஜஸிகிய ஆசனது சம்பந்தமின்றி இராஜர்களால் பத்திரங்களில் செய்யப்படும் குறிவிசேஷமாகிய முத்திரை ரேகைமுதலிய விகசித்திரமுடையதாயினும் சோபிக்காது. எ-று.

அந்திய விருத்திகளின் நிரோதபூர்வமாக ஆத்துமாவைக் கோசரிக்கின்ற தாரையாகச்செல்லும் நிருவிகற்பகவிருத்தி, அல்லது 'ஹடயோகமின்றி இராஜயோகஞ்சித்தியா, தென்னுமிடத்துக் குறிப்பிக்கப்பட்ட அதன் சாதனப்பியாசம், இராஜயோகமாம். பிருதிவி ஸ்திரத்தன்மையாகிய குணமுடையதாயிருத்தலால், பிருதிவிசத்தத்தால் ஆசனம் குறிப்பிக்கப்படுகின்றது. இ

ராஜயோகமின்றிப் பரமபுருஷார்த்தபலம் சித்தியாமையால் என்னும் எது, மேலும் பொருத்திக்கொள்ளத்தக்கது. நிசியில் பெரும்பாலும் இராஜர்களின் சஞ்சாரமில்லாமையால், நிசாவென்னுஞ்சொல்லினால் பிராணசஞ்சாரமில்லாமையை இலக்ஷணமாகவுடைய கும்பகம் குறிப்பிக்கப்படுகின்றது. (கஉசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ரோ-தலுவியிஂலவு஁மிதாய-க்ஷ஁லஸிஹ்ருவெஸ்|
உதாத நகுகுவுராமிதாவுத்திடுநீஎஜிணா ||கஉஎ||

(இ-ள்) வாயுவின் (கும்பகமுத்திரைவிதானமாகிய) சகல விதிக்ரமையும் மனதோடு செவ்வையாக அப்பியசிக்கவேண்டும். புத்திமான்கள் வாயுவின் விதிக்கு அங்கியமாகிய விஷயத்தில் மறுவிருத்திமையைச் செலுத்தலாகாது. எ-று. (கஉஎ)

(அ-கை) முத்திரையை முடிக்கின்றார்.

ஊதிரோதகொன்னும் சர்வேசுவரனுகிய சம்புவால் முற்கூறியவண்ணம் பத்துமுத்திரைகளும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் ஒவ்வொரு முத்திரையும் யோகிகளுக்கு மகாசித்தியையாவது அல்லது அணிமாதிகளையாவது தருவதாம். (கஉஅ)

(அ-கை) முத்திரையை யுபதேசிக்கும் குருவைத்துதிக்கின்றார்.

உவதெஸ்ஸஹிதா-ரணாம யொதெ தலாவை ஊயி
கம | வஸவனவஸ்ரீ ஹ-ர-ஃவாசீவலாகூரீஸ்ரவனவலஃ||

(இ-ன்) எவர் யோகிகளின் குருபரம்பரையாகிய சம்பிரதாயத்தால் வந்த சாம்பிரதாயிகமாகிய மகாமுத்திரைமுதலியவற்றின் உபதேசத்தைத் தருகிறாரோ, அவரே ஸ்ரீகுரு (சகலகுரு

க்களுக்கும் சிரேஷ்டமானவர்); அவரேபிரபு; அவரே * சாகூடாத் (பிரத்தியகூத) ஈசுவரன் அதாவது அவரே ஈசுவராபின்னர். என-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

தஸ்யவாகயுவொஹமகுவாசி-உபஹ்யாஹ்யவஸ்யாகுரி
கஃ | சுணீரஃ'ம-வெணஃகுவாஜ்ஞுஹமி தகாலுவ்ஹ
நம ॥ ॥ கூ0 ॥

(இ-ள்) அவரது (முக்கிரைகளை யுபதேசிக்குங் குருவினது) வாக்கியத்தில் (ஆசனகும்பகமுதலிய அநுஷ்டான விஷயத்தையும், யுக்தஆகார விகார சேஷ்டைமுதலிய விஷயங்களையும் கூறும் வசனத்தில்) ஆதாவுடையவரைப் முத்தாப்பியாசத்தில் சாவதானமுள்ள புருஷன் அணிமாதிசித்திகளோடு காலனை வென்று சித்தலையு டைகிறான். என-று. (கூ0)

---

* குருவே ஈசுவரனென்பது "குருவே பிரமா; குருவே விஷ்ணு; குருவே தேவனாகிய சதாசிவன்; குருவைவிட மேலானதொன்று மூன்றுலகத்திலுமில்லை. திவ்வியஞானத்தை யுபதேசிக்கும் தேசிகராகிய பரமேசுவரனே மேலான பக்தியோடு பூஜிக்கவேண்டும். அவனுக்கு (அப்படிப் பூஜிக்கின்றவனுக்கு) ஞானமாகிய பலமுண்டாம். எப்படிக் குருவோ அப்படியே ஈசுவரன்; எப்படி ஈசுவரனே அப்படியே குரு; இவ்விருவருக்கும் பேதமில்லை. ஆகையால் குருவானவர் மகாபக்தியோடு பூஜிக்கத்தக்கவராவர். குருவோடு ஓரிடத்தும் அத்வைதவாதஞ் செய்யலாகாது. குரு தெய்வம் ஆத்மா என்பவற்றின் அத்வைதம் பக்தியால் பாவிக்கவேண்டும்" என்று யோகசிகோபநிஷத்தின் ஐந்தாவது அத்தியாயத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

மூன்றும் உபதேசம்.

முற்றுப்பெற்றது

ஸ்ரீ கணேசாயநம:

நான்காம் உபதேசம்.

மங்கலாசரணம்.

(அ-ன) முதலாவது இரண்டாவது மூன்றாவது உபதேசங்களிற் சொல்லப்பட்ட ஆசனம் கும்பகம் முத்திரையென்பவற்றின் பலமாகிய இராஜயோகத்தைச் சொல்லக்கருதிய சுவாத்தமாராமர், சிரேயசுள்ளவைகள் வெகுவிக்கினமுடையனவா மென்னும் நியாயத்தால், விக்கினம் மிகுதியாகச் சம்பவித்தலால் அதன் நிவர்த்தியின்பொருட்டுச் சிவனுக்கபின்னமாகிய குருமண்டலாவடிவமாகிய மங்கலத்தை ஆசரிக்கின்றார்.

ஸ்ரீமஹிவாயமஹாலெதாஉவிந்துகூயாத்துதை । நிரம
ஜிதகலைஉயாதி நிகர்யதுவராயணஃ ॥ ॥க॥

(இ-ள்) சிவமா(சுகவடிவா)கிய அல்லது ஈசுவராபின்னமாகிய குருவிற்கு அல்லது சர்வாந்தரியாமித் தன்மையால் சகலஜகத்திற்கும் உபதேசிக்கும் சிவமென்னும் ஈசுவராகிய காதபிந்துகலாசரூபமாகிய குருவிற்கு நமஸ்காரம். அவரி (காதவிந்துகலாத்துமவடிவாகிய சிவமென்னும் குருவினி)டத்துப்பிரதிதினமும் சுவனமுள்ள புருஷன் நிரஞ்சன(அஞ்சனமென்னும் மாயோபாதியில்லாத)பதமாகிய பிரமத்தையடைகிறான். என்று.

குரு ஈசுவராபின்னர் என்பது "நமஹிஸ்ரீகாயஹமவது ஸ்ரீவாயமஹாலஹிணை ॥ சிவமென்னும் குருவடிவாகிய பகவானே! காதனே! உமக்கு நமஸ்காரம்" என்பதிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஈசுவரன் குருவென்பது பாதஞ்சலசூத்திரத்தில்" ஸவஷாமபிஸவகுருகாலேநாநவச்சேதாத் ॥ காலெநாநவ

வெளரள ॥ அந்த(சுசுவாரூகிய)இவர் காலத்திலே அவச்சேத மாகர(கண்டிக்கப்படா)மையின் முன்சிருஷ்டிகளிலிருந்தவர்(பிர மவிஷ்ணுமகேஸ்வரர்)களுக்கும் குரு'' வென்றுசொல்லப்பட் டிருக்கின்றது. நாதமென்பது வெண்கலமணியடித்தபின் கலீ லென்றுண்டாகும் பொதுச்சத்தம்போன்ற தொடர்ச்சியாகிய சத்தமாம். விந்துவாவது அநுஸ்வாரத்(ம்.என்ப)திற்குப்பி ன் உண்டாகும் துவனி. கலையாவது நாதத்தின் வகோசம். நா தபிந்துகலாத்துமவடிவாகிய சிவமென்னும் குருவினிடத்தினி ன்பதனால் நாதாநுசந்தான முடையவரெனப்பட்டது. பூர்வ பாகத்தால் குருவிற்கும் சிவத்திற்கும் அபேதம் சூசிப்பிக்கப்ப ட்டது. (க)

சமாதிக்கிரமம்.

(அ-ஸ) சமாதிக்கிரமத்தைப்பிரதிஜ்ஞைசெய்கின்றார்.

கவிஷ்ணோர்வைஷ்ணவஸ்யாபி லலாடஸ்ய ஊர்த்வபுண்ட்ரம் ।
கர்தவ்யமன்யதா தஸ்ய தத்கர்மாபி நிரர்தகம் ॥உ॥

(இ-ள்) இனி(ஆசனகும்பக முத்திரைகளைச் சொன்னபி ன்)இயமோபாதி உத்தமமும், மிருத்தியுவைக் கெடுப்பதும், சு கோபாயமும், பரப்பிரமாநந்தத்தைத் தருவதுமாகிய பிரத்தியா காரதிரூப சமாதிக்கிரமத்தை நன்றாய்ப் பிரித்துக் கூறுகின்றே ன். எ-று.

ஸ்ரீ ஆதிநாதரால் சொல்லப்பட்ட கோடிசமாதிக்கிரமங்க ளில் உத்திருஷ்டமானதென்பார், உத்தமமென்றார். சுலேவ்வை யாகத் தேகத்தை விடுத்தன்மையைத் தருவதென்பார், மிருத்தி யுவைக் கெடுப்பதென்றார். தத்துவஞானத்தையடைந்தவரோசொ ல்லுகையங்களால் ஜீவன்முத்தி சுகத்தையடைதற்குச் சாதனமா மென்பார், சுகோபாயமென்றார். பிராரப்தகர்மம் சுகமாநுபவ த்தால் ஜீவப்பிரமங்களின் அபேதத்தால் அத்தியந்தபிரமாநந்தப் பிராப்தியாகிய விதேகமுக்தியைத் தருவதென்பார், பரப்பிரமா நந்தத்தைத் தருவதென்றார். அதில் சாந்த தோஷமுடையவரு

ம் சித்தத்தின் சகலவிருத்திகளும் சம்ஸ்காரத்துடன் சமாதியிலை நிரோதமாகுங்கால், " ஜீவந்முவஹவிஹாரு ஹவதுமோ காஹுராவஸ்தா" விதுவான் இங்கே ஜீவன்முக்தருக்கொண்டே ஹர்ஷசோக(சுகதுக்க)ங்களினின்றும் விடுபடுகிறன்" என்னும் சுருதியிற்கூறிய நிர்விகாரசொரூபத்தில் நிலைக்கும் வடிவினதாகிய ஜீவன்முக்தியுண்டாகின்றது.

பரமமுக்தியோ கிடைத்த போகத்தினைத்தத்தில் அந்தக்கரணகுணங்களின் பிரளயத்தால் ஔபாதிகளுப அந்தியங்கங்களில், அந்தியங்கசொரூபாவஸ்தானமா(சொரூபநிலையா)கிய பிரளயத்தால் சித்திக்கின்றது. எழுச்சியை (விழித்தலை)நிரோதிக்கும் சமாதிசம்ஸ்காரங்கள் மனதில் இலயமாகின்றன. மனம் அஸ்மிதையிலும், அஸ்மிதை மஹத்திலும், மஹத்து பிரகானத்திலுமாக இவ்வாறு சித்தகுணங்களின் பிரதிசர்க்கம்(தமதுகாரணத்திலொடுங்குதல்) உண்டாகின்றது.

அப்படியானால் ஜீவன்முக்தனுக்கு விழித்தகாலத்து 'நான் பிரமணன்' 'நான்மனிதன்' என்னும் வியவகாரம் காணப்படுதலால், சித்பழுதடையவற்றால் ஔபாதிகத்தன்மை யுண்டாதலால், புனியால் பாவிற்கு கழுவுதல் உண்டாதல்போல சொரூபத்திற்கு கழுவுதலுண்டாமெனின், அப்படியல்ல; சம்பிரஞ்ஞாதசமாதியி லநுபவிக்கப்பட்ட ஆத்துமசம்ஸ்காரம் காத்துவிக(யதார்த்த)மாமென்னும் நிச்சயமிருத்தலாலும், அதாத்துவிகமாகிய அந்தியதாபாவம் (வேற்றுத்தன்மை) அவிகாரித்துவ அப்பிரமேயாஜமோ யிருத்தலாலும், புனியால் பால் தயிராதல் காத்துவிகமாமென்னும் திருஷ்டாந்தம் லேறுபடுதலாலும், புருஷனுக்கு அந்தக்கரண உபாதியையுடைய நான் பிரமணன் என்னும் வியவகாரம் ஸ்படிகத்திற்குச் செவ்வாத்தம்பூவின் சந்நிதானமாகிய உபாதிபோலே காத்துவிகமன்று. செவ்வாத்தம்பூ நீங்கியகாலத்து ஸ்படிகத்திற்குச் சுவரூபஸ்திதி கழுவாதிருத்தல்போல புருஷனுக்கு அந்தக்கரணத்தின் சகலவிருத்திகளும் நிரோதமாகியகாலத்துச் சொரூபநிலை கழுவாமலே யிருக்கும்.

(2)

(அ-னை) சமாதியின் பரியாயங்களை விசேஷமாகக் கூறுகின்றார்.

ராஜயொகஃ ஸமாயிஸ்ஸ உன்மநீஸமிதாநீ | கதிர
கோயமைகாரஸ்ஸ நயாரஸ்ஸ காலொபலக்கணம் ॥ ॥கூ॥

சித்தஸ்ஸ தயாவெதகம் நிராலம்பம்.நிரஞ்ஜகம் |ஜீ
வத்மிரஸமஜா சையாவெதி காலாவகாஃ ॥ங॥

(இ-ள்)இராஜயோகம், சமாதி, உன்மனி மனோன்மனி, அமரத்துவம், இலயம், சூந்யம், சூன்யாசூன்யம், பரமபதம், அமனஸ்கம், அத்வைதம், நிராலம்பம், நிரஞ்சனம், ஜீவன்முக்தி, சகஜம், சூன்யமெனுமிவை ஒருபொருட்கிளவிகளாம். என்று

(அ-னை) மூன்று சுலோகங்களால் சமாதியைக் கூறுகின்றார்.

ஸலிலெலவணயவயமு ஹ்யாதி யொகஜொயமஃ| க
யாதிநவிஸாவெரகோ ஸமாயிரஹியீபவெத ॥ருஃ॥

யதாலவணகீபவெதவ்ரானெள தாதவமநஸ்தயுபவெத |
ததாவதிரஸகுணமெ ஸமாயிரஹியீபவெத ॥ கூ॥

தத்தஸ்ஸமயுபயொவெரகோ ஜீவாத்மபராதாத்மநாஃ |
ப்ரநவஸமரஸபாவஸமாகமோ ஸமாயிஹ்யொஹியீபவெத ॥எ॥

(இ-ள்) ஜலத்தில் சைந்தவம்(உப்பு),கலப்பால் எப்படி நீரின் சாம்மிய(ஐக்கிய)த்தையடைகின்றதோ, அப்படியே ஜீத்துமாவிற்கும் மனதிற்குமுண்டாகும் ஐக்கியம், சமாதியெனப்படும். எப்போது பிராணன் தேய்ந்து மனதும் ஒடுங்குகின்றதோ, அப்போதுண்டாகும் சமரசத்துவமும், சமாதியெனப்படும். ஜீவாத்துமா பரமாத்துமாவென்னும் இரண்டின் ஐக்கியமாகியசமத்தன்மையுண்டாய்ச் சகலசங்கற்பங்களும் கஷ்டமாதல், சமாதியெனப்படும். என்று. (நி. சு. எ)

(அ-கை) இராஜயோகத்தைக் கிர்த்திக்கின்றார்.

ராஜயொமஸ்யாஸ்ய ப்ரபாவந்தூ கொவாஜாநாதி கச்சதி ।

(இ-ள்) இராஜயோகத்தின் பிரபாவத்தை உண்மையாக எவன் அறிவான்? ஒருவனுமறியான். எ-று. (எஅ)

(அ-கை) இராஜயோகத்தின் பிரபாவம் (மகிமை) வாஸ்தவமாகச் சொல்லக்கூடியதன்றாயினும், அதனை வகுதேசமாகக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ரூயதாம்-திஃவ்யி திஃவிதி மஹ-ர்ஷ-வாக்யை நயைர்
ஏக ॥ ॥அ॥

(இ-ள்) இராஜயோகத்தால் சுவசொரூபபோட்சாரூபமாகிய ஞானமும், விவேகமுக்தியும், நிர்விகாரசொரூபஸ்திதியும், அனிமாதி சித்திகளும், குருவாக்கியத்தாலடையப்படுகின்றன. எ-று. (அ)

(அ-கை) இதுவுமது.

உ-ஸ்-ரீஹாவிஷய தூரமா உ-ஸ்-ரீஹம்தகுஹ்ய
தரம் । உ-ஸ்-ரீஹாஸ்ய ஸகலஸ்ய வஷ்ய ஸ உ-ரீவ ஸர்வ-ஞானவி
தர ॥ ॥சு॥

(இ-ள்) சற்குருவின் கிருபையின்றிக் (தாரமுதலிய இகலோகத்தனவும் அமிர்தமுதலிய பாலோகத்தனவுமாகிய) விஷயங்களின் தியாகமும் (போகேச்சையின்மையும்), ஆத்துமாபோட்சாரூபமாகிய தத்துவதரிசனமும் (ஆத்துமசாக்ஷாத்காரமும்), துரியாவஸ்தையென்னும் சகஜாவஸ்தையும் துர்லபமாம் (அடைதற்கரிதாம்). எ-று.

விஸ்வஸ்ருஷ்டிஸ்திதிலயகர்த்ருத்வாதிரூ, தாதாரஸ்வரூப மஸ்ரீகிவிஷயா ॥ தனது சங்கத்தால் பிரமாதாவினிடத்தே தமாகக் கட்டுகின்றமையால் விஷயங்களெனப்படும். குருகிருபையால் சகலமும் சுலபமாமென்பது கருத்து. (சு

(அ-னை) இதுவுமது.

விவிதையாஹவிதநுஃகாஂவிஹ விபுவிதிதுஃகா
வினாஸவி। வ்யவஸாயாஂஶ்சாஸாமநுக்ரஹ ப்ராணஸ்ய
நிருபத்ரவதேச ॥ ஈ॥

(இ-ள்) நாநாவித(மச்சேந்திரமுதலிய) ஔஷதங்களாலும், நாநாவிதகும்பகங்களாலும், (ஹடசித்தியில் மிக்க உபயோகமுள்ள மகாமுத்திரைமுதலிய)நாநாவிதகாரணங்களாலும் குண்டலியென்னும் மகாசக்தி விழிக்குங்கால், பிராணவாயு சுஷும்ன யென்னும் பிரமநாடியில் ஓடுகின்றது. என்று.

"விவிதிதுஃ॥ நாநாவித" என்பது (*) காகாக்ஷிகோளகந்யாயத்தால் இரண்டிடத்தும் பொருந்துகின்றது. வியாபாரமில்லாமை பிராணனது பிரளயம்(ஒடுக்கம்). (ஈ)

(அ-னை) இதுவுமது.

உத்தநுஷ்டிவொயவஸ்ய கும்பகாதிஷ்வஸ்தகாதுணை:।
யொகிநஸ்ஸஹஜாவஸ்யா லப்யதேவ நஜாயதே ॥கக॥

(இ-ள்) குண்டலிசக்தியின் விழிப்புள்ளவனும், சகலகர்மங்களினின்றும் விடுபட்டவனுமாகிய யோகிக்குத் துரியாவஸ்தையென்னும் சகஜாவஸ்தையாகிய ஜீவன்முக்தி தானே(பிரயத்தனமின்றியே) உண்டாகின்றது. என்று.

ஔஷதத்தால் காயிகவியாபார நீங்கும்போது, பிராணைந்திரியங்களில் வியாபாரம் நிற்கின்றது. பிரத்தியாகாரதாரணையான சம்பிரஞ்ஞாதசமாதிகளால் மானசிகவியாபாரம் நீங்கும்போது, புத்தியில் வியாபாரம் நிற்கின்றது. "சலம்மனஸ்ஸ்

---

* காகாக்ஷிகோளகந்யாயமென்பது காக்கைவிழி திருஷ்டாந்தமாம். அதாவது காக்கைக்குள்ள ஒருவிழியே இருபக்கத்துக் கோளைகளிலும் எந்தப்பக்கம் திரும்புகின்றதோ அந்தப்பக்கத்திற்றூப் பார்வை தருகின்றது. அதுபோல என்பதாம்.

யஂவ்ரஂவஃ ॥ இப்புருஷன் அசங்கன்" என்னும் சுருதியால் பரிணமமில்லாத சுத்தன், புருஷன். சத்துவகுண சுவரூபமாகிய பரிணமமுடையது புத்தி. பரவைராக்கியத்திலேயாவது, நீண்டகாலத்துச் சம்பிரஞ்ஞாத சமாதியப்பியாசத்திலேயாவது புத்தியின் வியாபாரம் நீங்குங்கால், நிர்விகார சுவரூபஸ்திதியுண்டாகின்றது. அதுவே சகஜாவஸ்தையென்னும் ஜீவன்முக்தியாம். "யெநகாஜஷிதத்காஜெகிநிஃஷஂமஃ வ்ஜ்ஜயாமஷவெசு ॥ எதனால் விடுகிறீரோ அதை விடுக என்னும் பிரஞ்ஞையால் நிஸ்ஸங்க(சங்கமில்லாதவ)ராகின்றீர்" என்னும் சுருதியினால். (கக)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஹஂஷ்டூரவாஹிநிவ்ராணை ஸஂஸெநுவிஸகிராந
ஷெ । தூரஷவ்டூணி கூடூணி நிர்மயுக்தியோக
விஸ ॥ ॥கஉ॥

(இ-ள்) பிராணவாயு சுழுமுனையாகிய மத்தியநாடியிற்செல்லுவதாகுங்கால், அந்தக்காணம் சூனிய(தேசகாலவஸ்துபரிச்சேதமில்லாத பிரம)த்தில் பிரவேசிக்கின்றது. அப்போது (சித்தநிரோதமுள்ள)யோகவித்தானவன் பிராரத்தத்தோடு சகலகர்மங்களையும் நிர்மூலமாக்குகிறான். எ-று. (கஉ)

(அ-கை) சமாதியப்பியாசத்தால் பிராரப்தகர்மத்தையும் ஜெயித்தலாற் காலனை வென்ற யோகிகளை நமஸ்கரிக்கின்றார்.

கூடிராய தரிஷ்டஹ்ருஂ வெராத்ரவிகாலுஷ்ட யாஜிநஃ ।
வகிநகஂவதெஜயஸ்ரு ஜமதெதஷ்டராவரஂ ॥ ॥கூ॥

(இ-ள்) சிரஞ்சீவிகளாயிருக்கும் யோகிகளாகிய உங்களுக்கு நமஸ்காரம். இந்தச்சராசரமாகிய ஜகத்து எவனுடைய வாயில் விழுந்திருக்கிறதோ, அப்படிப்பட்ட நீக்கற்கரிய ஜகத்பரஂஹாரகராகிய காலனும் உங்களால் ஜயிக்கப்பட்டிருக்கிறான். (இவ்வாக்கியம் நமஸ்கரித்ததற்கேதுவைக் கூறியதாம்) எ-று (கஙு

(அ-கை) மூற்கூறிய அமோலிமுதலியனவை சமாதிசித்தித்தாற்றான் சித்திக்குமென்று சமாதியை நிரூபித்தபின், சமாதிசித்தியில் அவை சித்திக்கின்றனவெனக் கூறுகின்றார்.

ஸித்தஸித்தோவெந்நவாயளவு ஜதிஸ்யுஸி । கஅ॥
ஸொமீவஜ்ரமீஸஹஜோமீவ்ருஜாயதெ ॥ ॥கச॥

(இ-ள்) அந்தக்காணத்தில் சமத்தன்மை(தியானிக்கப்படு பொருள்வடிவமாகிய விருத்தியின் பிரவாகத்தன்மை)வாய்த்தகாலத்து வாயு சுழுமுனையிற் செல்லுகின்றது. (இது சித்தத்தின் சமத்தன்மையிலேதுவாம்). அப்போது முற்கூறப்பட்ட அமோலிவஜ்ரோலிசகஜோலி என்பனவுண்டாகின்றன. எ-று

பிராணஜயமும் சித்தஜயமுமில்லாதவனுக்கு அவை(அமோலிமுதலியன)சித்தியாவென்பது தாற்பரியம். (கச)

(அ-கை) ஹடாப்பியாச மின்றி ஞானமும் மோகூடமும் சித்தியாதெனக் கூறுகின்றார்.

ஜ்ஞாநம் கூடெதாஸ்ரயஸ்மாவதீஹ நாவ ப்ரா
ணோ§விஜீவதிஸ்தெநாஜ்ரியதெதநயாவஸ் । ப்ராணோ
ஸ்தெநாபதிஷ்டவிஷயம்நயெத்ரா சோகூடம்வஸ்துதி ந
ரோநகுர்யாம்ஹிதந்ரஸ்ஃ ॥ ॥கஞ॥

(இ-ள்) எதுவரையில் பிராணனும் இந்திரியங்களும் ஜீவித்திருக்கின்றனவோ(இறக்கவில்லையோ), எதுவரையில் மனம் இறக்கவில்லையோ (ஜீவித்துக்கொண்டேயிருக்கிறதோ), அதுவரையில் (சொரூபமாக அவைகள்கெடாதவரையில்) மனதில் (அந்தக்காணத்தில்)ஞானம் (ஆத்துமாபரோட்சாநுபவம்) எப்படியுண்டாம். (பிராணேந்திரிய மநோவிருத்திகள் ஞானப்பிரதிபந்தகமாயிருத்தலால் உண்டாகாதென்பது கருத்து.) பிராணன்மனமென்று மிவ்விரண்டையும் எவன் விலயமாக்கு(கெடுக்)கின்றானோ, அப்புருஷன் (ஆத்தியந்திகசொரூபாவஸ்திதி

யாகிய) மோகூத்தை யடைகிறான். மற்றவன் (பிராணமேனை யங்களில்லாதவன்) எவ்விதத்திலும் (அதேகமாயிரம் உபாயங்களைச் செய்தினும்) மோகூத்தையடையான் என்பதுபொருள். எ-று.

கவி(உம்)என்னும்சொல்லால் இந்திரியங்கள் கொள்ளப்பட்டன. இங்கே இடைபிங்கலையாற் செல்லுதல் பிராணனது ஜீவனமும், தத்தம் விஷயங்களைக் கிரகித்தல் இந்திரியங்களின் ஜீவனமும், காரணவிஷயாகாரவிருத்தியுண்டாதல் மனதின் ஜீவனமும், அவையனைவயில்லாதிருத்தல் அவ்வவற்றின் மரணமுமாமென்பது கருத்து. பிரமரந்திரத்தில் நிர்வியாபாரமாக நிலைத்தல். பிராணனது இலயம். தியேயாகாரமாக (தியானிக்கப்படுபொருள்வடிவமாக) ப் பிரவேசித்தலால் வேறு விஷயாகாரமாகாதிருத்தல், மனதின் இலயம். பிராணமேனையங்களுக்கு நியமன உபாயங்களால் அடையானென்பது யோகபீஜத்தில் "நாநாவிதெயவிதுவாவிரஷ்டு- நஷாயுஜாயதெதிந்! கஷ்டாதஷ்டுஜ்டிப்ராயஃப்ராணஷ்டுஜ்யனவஷி"॥"நாநாசி ஏமஃஷ-வெஷ-ஃவெ பாயம ஏகெவஷ்டுவாசிம்வெஷம । ஷி ஷுசிமஃணஷ்டுஷெஷு க நாஷ்டுயாஷிவஷாஷிகம்।" "நாநாவித விசாரங்(ஆராய்ச்சி)களால் மனம் சாதிக்கப்படுகிறதில்லை. ஆகையால் அதன்ஜயம் பெரும்பாலும் பிராணஜயமேயாம்" என்றும், "நாநாமார்க்கங்களால் வாளமான சுகதுக்கங்கள் உண்டாகின்றன. கைவல்லியமாகிய பரமபதம் சித்த(யோக)மார்க்கத்தால் அடையப்படும். வேறுவிதத்தால் அடையப்படாதென்று சுருதியுறைக்கூறப்பட்டிருக்கின்றது"என்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதனால் யோகமின்றி ஞானமும் மோகூமும் சித்தியாதென்பது சித்திக்கது. சுருதிஸ்மிருதி இதிகாஸ புராணாதிகளிலும் இது பிரசித்தம். அஃதெப்படியெனின், 'ஷுத ஷுஷ்டாஷுஷ்டுவாயொயொமஃ ॥ இனி அதன் ஆத்துமாவின் சரிசனத்திற்கு உபாயம் (சாதனம்), யோகமாம்" என்பதும், சு

யோகியொருவனாயிருந்து வெகுகாலமிருந்து ஒரு கனவு
ஜனனத்தில் அத்தியாத்துமயோகத்தை யடைதலால் தெய்வத்
தை(ஆத்துமாவை) யறிந்து, தான் இன்பத்துன்பங்களை நீக்குகி
றான், என்பதும்'' ''ஸ்ரீ ஸாமகீயோநயொமாஉவெ ॥ சாந்
தைபத்திரியானயோகங்களால் அறிக'' என்பதும், ''யஉவம
வாவதிஷ்டெ ஜூரநாநிரிநஸாஸஹ । வைஷ்ணவிவெ
வெதகாரஹஃவாரசாமதிம் । தாமொஹிகிரயம்தெ
ஷ்ரோதியயாரணாம் ॥ ஸுதிதஸுதராலதி ॥ எப்போது ஐ
ந்துஞானேந்திரியங்களும் மனதோடு (ஆத்துமாவில்) நிலைக்கின்
றனவோ, புத்தியும் (தனதுவியாபாரத்தில்) சேஷ்டிக்கிறதில்
லையோ, அந்த அவஸ்தையை யோகிகள் பரமகதியென்று கூ
றுவர். அதனை யோகமென்று மதிக்கின்றனர். எப்போது
ஸ்திரமாகிய இந்திரிய தாரணையில் பிரமாதமில்லாதவனாகின்று
னோ, அப்போது (யோகத்தில் பிரவிருத்தன்) ஆகின்றான்'' எ
ன்பதும், ''யஉதாதகெஹநதஃபுஹதகஃஃபிவொவெதெநஹ
யஃகூ? ஃவுவெஸ்ஃஸு- எப்போது இக்கே யோகி ஆத்மதத்
துவமாக பிரமதத்துவத்தைத்தீபஉவமமாகக் காணுகின்றானோ'' என்பதும், ''ஸஜஃயஃரஃவஃஸவஃகெவெகுவிஃஸஃஐஃஜூராகுவாதி
வஃதிஃவ்யுதெஹஸவஃவாவெஸ்॥ பிறப்பில்லாததும் என்றுமுள்
ளதும் சகல தத்துவங்களினும் சுத்தமானதுமாகிய தெய்வத்
தை (ஆத்மாவை) யறிந்து சகல பாசங்களினின்றும் விடுபடுகி
றான்'' என்பதும், ''ஃபுஹமெணகுவாதிஹஸ ஒதி கஃதாநஃபஃஃ
ஜீத॥ அறிவாகிய பிரமத்தில் ஓமென்று ஆத்துமாவாகிய உன்
னைத் தியானஞ் செய்வாயாக'' என்பதும், தி ஸஃஹதஃஸ்ரீவஃஃ
ஸதிஸாஸ்ரீஸ் ஹ்ருதீஃதஃராணிதிநஸாஸஹிவிஸஃஃஃபுஹெஹாஃ
வெநஃபுதெகவிஷாஸு ஸ்ரோதாஃஸிஸவஃராணி ஸர்வாவ
ஸாதி ॥ (சிரசும் கழுத்தும் உடலுமாகிய) மூன்றும் செவ்வை
யாய் நிமிர்ந்து சமசரீரனாய், இதயத்தில் மனதோடு இந்திரியங்
களைப் பிரவேசிக்கச்செய்து, பிரமமென்னும் தெப்பத்தால் மிக

தவான் பயங்காமான சகல ஆறுகளை (இந்திரிய மார்க்கங்களை) யும் செவ்வையாய்க் கடக்கின்றான்" என்பதும், ஓகீதெரவ யாயஸுதாநம ॥ஓமென்றிப்படி ஆத்மாவை தியானிக்கக் கடவாய்" என்பதுமாகிய இவைமுதலியன, சுருதிகள். மறு கூறிய யதிதர்மப்பிரகாணத்திலுள்ள "ஸுதஹாவ்யாந வெலெத பொமெநவாரோதாநஃ | ஒஹமயம்விஹாயாஸு ஃசெதோ ஹவதிலெயநாசு ॥ பரமாத்துமாவின் யோகத்தாற்சென்றவை களையும் வருபவைகளையும் காண்பான். இரண்டு தேகங்களையும் விட்டு வினைவில் பந்தத்தினின்றும் முக்தனாகின்றான்" என்பதும், யாஞ்ஞயவல்கிய ஸ்மிருதியிலுள்ள "ஜ்ஞாவாரூஃபாஹிம வா ஓங்ஹ்யாயகூஃணாழு । கபதெவாரெரோயஃபூயஃபூயெரமநாதூஃஸுபூநம ॥ யாகம், ஆசாரம், தமம், அஹிம்சை, தானம், சுவாத்தியாயம்(வேதபுதலியவற்றை யோதுதல்) முதலிய கர்மங்களினும் யோகத்தினால் ஆத்மாவை தரிசித்தலாகிய இது மேலாகிய தர்மமாம்" என்பதும், மஹரிஷிமாதங்கர் கூறிய "ஃசுஜிவெடாரோஜிகாநு லவபூநு விஹாயதிஜஸுதூஃ | பொமாஹ்யரலாதஃஸாதஃ வாரம்பெஹ்யாயிமஹுதி । ஜ்ஹாணைகுதியவிசாரம் ஹ்ரீஸுஜ்ராணாஜுவாவநு ॥ ஸாதெபெகூஃணாஃநுவெரோமாஹாவிஃகுபெ॥ தவிஜோத்தமன் அக்கினிஷ்டோமமுதலிய எல்லாவற்றையும் விட்டு யோகாப்பியாசபாயணனாய் சாந்தனாய்ப் பாமப்பிரமத்தை யடைகிறான். பிராமண சூத்திரிய வைசியஸ்திரீ சூத்திரர்களுக்குக் கர்மங்களின் சாந்தியாகிய முக்தியின் பொருட்டுப் பரிசுத்தமானது யோகத்தைவிட வேறில்லை" யென்பதும், தக்ஷர் ஸ்மிருதியில் வெதிரேக முகமாகக் கூறியிருக்கும் "ஹவ்ஸ்ம்வெரோஹிதஜ்ஜ்ஹாஜ்ஹ கூஃரீ ஹ்ரீஸுஃவாயயா । கயொகீவெநவஜாநாதிஜாகரூம்யொஹியயாவடு ॥ அந்தப்பிரமம் குமரியாகிய ஸ்திரீயின் சுகத்தைப்போல தன்னாலேயே அறியத்தக்கதாம். பிறவிக்குருடன்

குடத்தைஅறியாதது போல அயோகியானவன் அறியான்" என்பதுமாகிய இவைமுதலியன, ஸ்மிருதிகள். வியாசரால் மகாபாரதத்தில் யோகமார்க்கத்தில் கூறப்பட்டிருக்கும் "சுவிவமபூரவக்யஷ ஷ்ரூ நாரீவாயதிபுகாரக்ஷிணீ | தாவவெயுதெ நரோ மெபுண மவ்ஹ தாரவாரிரோமதிம் | யதீவாஸவபுயதிபுஜ்ஞா யதிவாவெயுக்ய தீவ-ரிரு | யதிவாயாதிபுகஃஸ்ரு வெஷ்டாயதிவா வாவக்ய தஃஃ | யதிவாவெ-ர-ஷவ்யாவெ்ராயதிவாஸ்வெஷ்வெயு ரோரு | நரஃஸ்வெவயுஃஃஹாஷ்-ஃவம ஜ்ஞாரிரணஸாமரம | ஸ வதிஜ்ஞாஸுரிரெநாவிஸுவ்ஷ்ரஷ்ரூ ஹாதிவ தபுதெ | தனது வர்க்கத்தினின்றும் நழுவினவனாயிருக்கினும், அல்லது தர்மத்தை விரும்புமாரியாயிருக்கினும், அவ்விருவரும் இந்த(யோக)மார்க்கத்தால் பரமகதியையடைவர். (அஃதில்லாத) காரணனவன் சகல கருமக்களையும் அறிந்தவனாயிருக்கினும், அல்லது தர்ச்செய்கையுடையவனாயிருக்கினும், சிரேஷ்ட தர்மமுடையவனாயிருக்கினும் அல்லது மிகுந்தபாவியாயிருக்கினும், புருஷவியாக்கிரமாயிருக்கினும் அல்லது புருஷத்தன்மையில்லாதவனாயிருக்கினும், அவன்மகாதுக்கமாகிய ஜாமமாணசாகரத்தை சேவிக்கத்தக்கவனாகின்றான். யோகத்தையறிய விரும்புகிறவனும் சப்தபிரமத்தை(வேதத்திற்கூறிய கர்மங்களை)க்கடக்கின்றான்". என்பதும், "யோஜவெ வமஷோதூநமயொகீஸ்ரிய தசோ நஸஃ॥ ஸாரம்நிவ்ருாணவாரசோதிகஃஷ்ரூாயிமவ்ஹதி | யதாரம்வெவ்ரூாவ்ருதெஷ்ரூநம॥ அடங்கியமனதையுடைய யோகியானவன் இப்படி எப்போதும் மனதைச் சமாதானமுடையதாகச்செய்து, (சம்சார நிவர்த்தியாகிய) சாந்தியென்னும் மேலான நிர்வாணமாகிய எனது நிலையையடைகின்றான். எந்தஸ்தானம் (கைவல்லியம்) சாங்கியர் (ஞானநிஷ்டசந்நியாசி) களால் அடையப்படுகின்றதோ (அது யோகிகளாலும் அடையப்படுகின்றது). என்னும் பகவற்கீதையும்,

யொமாகஃஜாயதெஜ்ஞாநம் யொமொஃயெ்குவி்தகா |

யோகதநிலை ஞானம் உண்டாகின்றது. யோகமென்பது எ
ன்னிடத்து ஓரே மனதாயிருத்தல்" என்னும் ஆதித்திய(சௌ)
புராணவாக்கியமும், "கூதஜூரெநநசீக்ஷ் லயாதஜுயொம
ஶுசெகநவி | லவயொமஶ்ரிரம் காலசிஹ்யாலாசிவஹிஜ்ய
தி || ஆத்மஞானத்தால் முத்தியுண்டாகின்றது. அதுவும் (ஞா
னமும்) யோகமின்றி யுண்டாகிறதில்லை. அந்தயோகமும் வெ
குகால அப்பியாசத்தினாலேயே சித்திக்கின்றது" என்னும் ஸ்க
ந்தபுராணவசனமும், "சதப்வாரம்ஜ வஷ்யாதியொமம் வரசி
சுஷுஜஹம் | யெநாதூர நம்ஜ வஶ்யம்திஹா நசீம் கதீவெ
ஶ்வரம் | யொமாத்ஜிசுஜஹதிகஷிவ சிஶவஷம்வொவவம்ஜரம் |
ஜ லவஜ்ஜாயதெஜூரநம் ஜூரதாஜ்ஜிவ பூணசீஜ்ஜதி||

இதற்குமேல் எதனால் சூரியனைப்போல ஆத்மாவாகிய ஈசுவரனைப்
பார்க்கின்றார்களோ, அந்த மிகத்தர்ல்பமாகிய யோகத்தைச்சொ
ல்லுகிறேன். யோகாக்கினியானது சகல பாவக்கூட்டங்களையும்
வினையில் தங்கின்றது. அதனால் நிர்மலமாகிய ஞானம் உண்
டாகின்றது. ஞானத்தினால் நிர்வாண (மோக்ஷ) த்தையடைகிறே
ன், என்னும் கூர்மபுராண சிவவாக்கியமும், "கயாயெததசி
சாநயாலயாஜ்ஜிவ்ருத்திர்வாரா|யொமநயஹயெதவாத
ஹவாதநுநதகெநவிசி || லவதாவெநதவ்ரநாம்யொ
மாஹிவரசிளஷயஜ்|வராவரவ்ரவஹ்ருயீ பஜுலயுதிவெஜ்ர
லம்ஹவா | லவயொமாஜ்ரி நாரஜ்ஜ லசிஹ்ஜ்ரெஶாலஜுயஃ |நி
வாரணம்வரசம்திகயம் ப்ராவ்ருதெயவநலம்ஶயஃ || லம்
ப்ராவ்ருயொமலிஜிஹ்ஜ்ர வஜ்ரெணாயஹ்ஜ்ரா நஜ்ரஶாநாசி || ந
திஜ்ஜுப்ரஶுயெதகாயஜ்ம் தெவெநவலசுஜ்ம்ப்ருதஜ் || சூதூ
ராசிஃலஜ்ராவெணாஜ்ஃ லஜ்ரவசிரகுதிகொமதஃ | சுதலுலயுர
விதிவெஜ்ரஃ வராசிநுசிபலயுவ| தவலாலாவிதாநூதெந
யொதிஃலம்பவெதூரியாஃ | ப்ரகாஜ்சிஹாநூதெந யொ
யெவெநவசிஹாணாஜ்வஜ் || புத்திமான் மோக்ஷ நிர்விருத்தி

(சுகம்) உண்டாகும்வண்ணம் முயற்சி செய்யக்கடவன். அது வோ (சுகமோ) யோகத்தினால் அடையப்படுகின்றது. வேறொன்றினாலும் அடையப்படுகிறதில்லை. பவ(சம்சார) தாபத்தினால் தபிக்கின்றவர்களுக்கு யோகமே மேலாகிய ஔஷதமாம். உலகவிஷயத்தில் வெறுப்புண்டாகிய தும்பாவா(பாப்பிரம)த்தில்பிரியமுள்ளதுமாகிய புத்தி எவனுக்கிருக்கின்றதோ, அவனும் யோகாக்கினியினால் சகல கிலேசக்கூட்டங்களும் தகிக்கப்பட்டவனுய் நித்தியமும் மேலானதுமாகிய நிர்வாணத்தை யடைகிறான். சம்சயமில்லை. யோகசித்தியைப் பூரணமாகப் பெற்றவனுக்கு ஆத்மதரிசனத்தைவிட வேறு காரியம் சிறிதும் தோற்றுகிறதில்லை. அதனாலேயே சகலமும் செய்யப்பட்டதாகிறது. ஆத்துமாராமனும் எப்போதும் பூர்ணனும் அத்தியந்த சுகத்தை யடைந்தவனுமாவன். அதன்பின் பாமாநந்த மயனுகிய அவனுக்கு நிர்வேதம் (பிரியமின்மை) உண்டாம். (பாமாநந்தவடிவமேயாகின்றமையின் எதிலும் பிரியமுண்டாகாதென்பது கருத்து.) தவத்தால் பாவிக்கப்பட்ட மனதையுடைய யோகிகளாகிய இந்திரியங்களை யடக்கிய மகாத்துமாக்கள், யோகத்தினாலேயே (சம்சாரமாகிய) மகாசமுத்திரத்தைக் கடக்கிறார்கள்" என்னும் கருடபுராண வசனமும், "யெஷுயஷவஷு ஸுஷதா நாஷஸ்ரீணாசிவு-வகாரஷு। ஸவிகீடவதமா நாஷதஸ்ஸு ஸ்ரு யஷுவாஷவசி। ஜது-க்ஷுகவியுஷுவஷவும் ஷதவிவஷதஷு வஷிஷுஹிஸ்ஷுயா। யொமவஷவஷாஷும்ஸ்ரூய வஸ்ஷாவீகு-க்ஷு வாஸுவ-ரா॥ எந்தச் சிரேயசு(புண்ணியம்)சகலபூதங்களுக்கும், ஸ்திரீகளுக்கும், புழுவிட்டில்களுக்கும் உபகாரமுள்ளதாயிருக்கின்றதோ, அந்தமேலான சிரேயஸை எங்களுக்குச்சொல்லுகவென்று முன்தேவர்களாலும் தேவரிஷிகளாலும் கேட்கப்பட்டவராகிய கபிலர், அவர்களுக்குயோகமே மேலான சிரேயலென்று சொல்லியிருக்கின்றார் "என்னும் விஷ்ணுதர்மவாக்கிய

மும், "ஈஸ்வராராதிஸ்வராய விஷ்வெச்வரிஷ்டமிதி। யொ மமாரூபமிதி தஸ்வாவரூபநிராவாராயேதி ॥ இராபா! சம் சாரமென்னும் விஷவேகமுள்ள விடசிகைவியாதியான து பரிசுத் தமாகிய யோகமென்னும் காருடமந்திரத்தாற் கெடுகின்றது' என்னும் வசிஷ்டர்வாக்கியமும், புராணங்களாம்.

தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களாலும் அபரோட்சஞான ம் உண்டாவதாயிருக்க, அதிகசிரமத்தால் சாதிக்கப்படும் யோக த்தில் பிரயாசப்படுவானேன்? வாக்கியத்தாலுண்டாகும் ஞான ம் அபரோகூடமாமென்பதில் பிரமாணமில்லையென்று சொல்ல லாகாது. தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களாலுண்டாகிய ஞா னம், அபரோகூடஞானமாம்; அபரோட்சவிஷய முடையதாயி ருத்தலால், நேத்திரசம்பந்தமான குடமுதலியவற்றின் பிரத் தியட்சம்போல என்னும் அநுமானம் பிரமாணமாயிருத்தலால். விஷயத்திலுள்ள அபரோட்சத்தன்மை வடிவமில்லாததாயிருத் தலால், எதுசித்தியாதென்று சொல்லலாகாது. அஞ்ஞானத் திற்குவிஷயமாகின்ற சித்துத்தன்மை அதன் தாதான்மியத் தையடையுந்தன்மை யென்னும் இரண்டிலொருவடிவம் அதற் குச் செவ்வையாய் நிரூபிக்கத்தக்கதாயிருத்தலால். எப்படிக்க டஞதலியவற்றில் சட்சு(நேத்திர)சம்பந்தத்தால் அந்தக்காணவி ருத்திதசையில் அவ்வதிஷ்டான சைதன்னியத்தின் அஞ்ஞான ம் நிவர்த்தியாதலால், அந்தச்சைதன்னியம் அஞ்ஞானத்திற்கு விஷயமாதலும், அந்தக்கடம் அஞ்ஞானத்திற்குவிஷயமாகும் சைதன்னியதாதான்மியத்தை யடைதலும் அபரோட்சத்து வமாகின்றதோ, அதுபோல தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களா ல் சுத்தசைதன்னியாகார அந்தக்காணவிருத்தியுண்டாகுங்கால், அவ்வஞ்ஞானம் நிவர்த்தியாதலிலுலேயே தத்துவம் அஞ்ஞா னவிஷயமாகின்றமையால் சைதன்னியத்திற்கு அபரோட்சத் துவமுண்டு. ஆகலின் வது சித்தியாதென்பதில்லை.* அப்பிர

---

* எதுவிருக்கட்டும்; சாத்தியமில்லாதிருக்கட்டுமென்பது, அப்பி ரயோஜகத்துவம்.

யோஜகத்துவமுமில்லை; ஞானத்தாலறியப்படுந்தன்மையாகிய அபரோட்சத்துவம் பிரத்தியட்சபரோட்ச விஷயமுடைமையாற் பிரயோஜகமாயிருத்தலால். இந்திரியஜந்நியத்துவமோ இல்லை: மனதிற்கு இந்திரியத்துவ மில்லாமையிறலை சுகமுதலிய விஷயங்களில் விபரிசரித்(நியமந்தப்பு)தலால்.

அல்லது அபிவியக்தசைதன்னியத்திற்கு அடின்னத்தன்மையாகத் தோற்றிக்கொண்டிருக்குந்தன்மை, விஷயத்தின் அபரோட்சத்துவமாம். அபிவியக்தத்தன்மையும் ஜ்வாணநிவர்த்தியுடைமையாம். பரோட்சவிருத்திஸ்தலத்தில் ஜ்வாணநிவர்த்தியில்லாமையால் அதிவியாப்தியில்லை. சர்ப்பமுதலிய பிராந்தியையுண்டாக்கும் தோஷமுடையவனுக்கு இது சர்ப்பமல்ல இரஜ்ஜுவாமென்னும் வாக்கியத்தாலுண்டாகும் விருத்தியோ ஜ்வாணத்தை நிவர்த்திக்கிறதில்லை. ஆகையால் அங்கே விஷயம் பரோட்சமே. வேதாந்தவாக்கியத்தாலுண்டாகும் ஞானமோ, ஜ்வாணத்தை நிவர்த்திப்பதாயிருத்தலால் அபரோட்சமேயாம். அது மனனமுதலியவற்றிற்குமுன் உண்டாயிருக்கின்றது; ஞானத்தை நிவர்த்திக்கும் பிரமாண அசம்பாவனைமுதலிய தோஷசாமானியமில்லாத விசிஷ்டமே அஞ்ஞானத்தைநிவர்த்திப்பதாயிருத்தலால். அன்றியும் "தம்வேவம்விதம்வான்வரம்வஸம் வ்ருஹி ! அந்த உபநிஷத்புருடனைக் கேட்கின்றேன்" என்னும் சுருதியாலடையப்பட்ட உபநிஷத்துமாத்திரத்தாலறியப்படுந்தன்மை யோகத்தாலறியப்படுந்தன்மையில் பொருந்தமுடையதாகாது. ஆகையால் தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களிலேயே அபரோட்சமுண்டாமெனின், அப்படியல்ல; அநுமானம் அப்பிரயோஜகமாதலால். பிரத்தியட்சத்தின்பொருட்டு முற்கூறிய அதோஷ (இந்திரிய) சாமானியமுமில்லை. ஒவ்வொரு இந்திரியத்தன்மையால் காரணத்தன்மையாக அதன் ஜந்நியத்தன்மைக்கே பிரயோஜகத்தன்மையிருத்தலால். நித்தியானித்திய சாதாரணப் பிரத்தியட்சத்தன்மையிலோ பிரயோஜகத்துவம் சிறிதுமில்லை. அம்மதத்திலோ பிரத்தியட்ச விசேஷத்தில் இந்திரி

யம் காரணம் அதன் விசேஷத்தில் சப்தவிசேஷம் காரணமாமென்றிப்படிக் காரியகாரணத்தன்மை யிரண்டுண்டாகின்றது. மனதிற்கு இந்திரியத்துவமில்லை யென்பதில்லை; மனதிற்கு இந்திரியத்தன்மையில் பாதகமில்லாமையால். இந்திரியங்களுக்கு மனம் ராதன் என்பது மனிதர்களைப் போலுத்தேசித்து, மனிதர்களுக்கு இவன் இராஜா என்பதைப் போல இந்திரியங்களிலே யே கொஞ்சம் மேன்மையுடையதாகச் சொல்லப்படுகின்றது. அதற்கும் அந்திரியத்துவமில்லை; ஆறிலும் அகண்டவுபாதி விசேஷமே உண்மையாம். இதனாற்றான் "டாயுவாதி கன்மேந்திரியம்; மனம் நேத்திரமுதலியன ஞானேந்திரியம்" என்றும், "இந்திரியசம்பந்தம் பிரத்தியட்சமாம். அதீந்திரியம் அப்பிரத்தியட்சமாம்" என்றும் சந்திப்பிரமாணசொரூபமாகிய கோசத்தி (நிகண்டி)லும் இந்திரியப்பிரமாணமின்றிய ஞானத்திற்கு அப்பிரத்தியட்சத்துவம் கூறி மனதிற்கு இந்திரியத்துவம் அறிவிக்குந்தன்மை பொருந்துகின்றது. "ஹ்ருதியாணீந்த்ரியாணி" ॥ இந்திரியங்கள் பதினொன்று" என்னும் நிகாவசனம் மனதின் இந்திரியத்தன்மையிற் பிரமாணமாம். அன்றியும் தத்துவசிந்தாமணி முதலிய வாக்கியஜந்தியஞானம் சாப்தமாம். சப்தஜந்தியமானதால், "டிஷ்டகாயாகஞ்செய்யக்கடவன்" என்பனைமுதலிய வாக்கியங்களாலுண்டாகும் ஞானத்தைப்போலவென்னும் இதனால் அபோட்சவிரோதியாகிய சாப்தத்துவத்தைச் சாதிக்குந்தன்மையில் * சற்பிரதிபக்கமுண்டாகின்றது. இது அப்பிரயோஜகமென்று; சாப்தத்தை முன்னிட்டே சப்தத்திற்கு உண்டாகுந் தன்மையால் இலாவகமூலமான அநுகூலதர்க்கமிருத்தலால் உன்மதத்திலோ சப்தத்திலும் பிரத்தியட்சமங்கே

---

* எந்தவேதவிற்கு சாத்தியத்தின் (துணிபொருளின்) அபாவத்தைச்சாதிக்கும் மற்றோர் வேதவிருக்கின்றதோ, அது சற்பிரதிபக்கமாம் (மறுதலையுடைதாம்). அது "சத்தம் நித்தியம், சுரோத்திரத்திற்கு விஷயமாகுதலால், சத்தத்தன்மைபோலும்" "சத்தம் அநித்தியம், காரியமாயிருத்தலால், குடம்போலும்" எனவரும்.

நித்தலால் காரியகாரணத்தன்மையாகிய இரண்டைக் கற்பித்தலில் கௌரவமிருக்கின்றது. இன்னும் மனனநிதித்தியாசனங்களுக்கு முன்னும் உண்டாயிருக்கின்றது. உன்மதத்தில் பரோட்சமும் அஞ்ஞானத்தை நிவர்த்திப்பதாகாமையின், அஞ்ஞானநிவர்த்தியின்பொருட்டு பாதஞானத்தன்மையிலேலே ஏதுத்தன்மையாமென்னும் கௌரவமிருக்கின்றது. எமக்கோ சமாதியப்பியாசபரிபாகத்தால் அசம்பாவனைமுதலிய சகலமலங்களும் நீங்கிய அந்தக்காணத்தால் ஆத்துமாவைக்காணுங்கால் தரிசனமாத்திரத்திலேயே அஞ்ஞானம் நிவர்த்தியாதலால் ஒருகௌரவத்திற்கும் இடமில்லை. வஸ்துவெழுஷ்டலுமி கதஷ்டமுமி யாதோ நவ காரமெதை கூஹ்ரயாவை-ஐயாவுயாவுயாவு

த்த கூடணத்தில்) ஆத்துமநிசனம் சம்பவித்தலால், அதன்பின் வாக்கியஸ்மரணமுதலியவற்றைக் கற்பித்தலாகிய பெருங் கௌரவத்தைச் சம்பாதிப்பதேயாம். அப்படியானால் காங்கள் தர்க்கயுக்திமாத்திரத்தால் சப்தஜந்திய ஞானத்திற்கு அபசோட்சத்துவங் கூறவில்லை. "தஂகுளவஂநிஷதஂவாக்யஂவ்ரூஹி ! அந்த ஔபநிஷத்துப் புருஷனைக் கேட்கிறேன்" என்னும் பிரகதாரணிய சுருதியினாலும் கூறுகின்றோம். உபநிடதத்துவம் புருஷனுக்கு உபநிஷத்தினாலாகிய புத்திக்கு விஷயமாந்தன்மைமாத்திரமன்று; பிரத்தியட்சமுதலியவற்றால் அறியப்படும் உபநிஷத்துத்தன்மையிலும் வியவகாரம் சம்பவித்தலால். எப்படிப் பன்னிரண்டு கபாலங்களில் எட்டுக் கபாலங்களிருக்கிறதும் பன்னிரண்டு கபாலங்களாலாகியதாக எட்டுக்கபாலமுதலியவற்றின் வியவகாரமுண்டாகின்றதோ, எப்படி. இரண்டு புத்திரன்முதலியவற்றில் ஒரு புத்திரன்முதலிய வியவகாரமுண்டாகின்றதோ, அப்படியிங்குமாம். வேறிடத்தில் அப்படிப்பட்ட வியவகாரமில்லை. ஆகையால் உபநிஷத்துமாத்திரத்தால் அறியப்படுந்தன்மையே பிரத்தியயார்த்தமா (ஞானத்தின் பொருளா)ம். அதுவும் மனதினால் அறியப்படுந்தன்மையிற் பொருந்துமெனின், அப்படியல்ல. பிரத்தியயத்தினால் உபநிஷத்திற்கு வேறுகிய யாவும் காரணத்தன்மையாக வேறுபிரித்துரைக்கப்படுகிறதில்லை. "சப்தாபசோட்சவாதியாகிய உன்னாலும் ஆத்துமாபசோட்சத்தில் மனனமுதலியவற்றிற்குக் காரணத்துவம் அங்கிகரிக்கப்படுதலால். ஆதலால் புராணமுதலிய சப்தாந்தரங்களே "ஶ்ரோதவ்யஃ ஶ்ரு-திவாக்யேப்யஃ ! சுருதிவாக்கியங்களால் கேட்கத்தக்கதாம்" என்று சொல்லுதலால், அவ்வர்த்தம் எனக்கும் சம்மதமாமென்னு மிதுசிறிதுமில்லை. பிரமாணந்தரவியாவிருத்தியில் தாற்பரியகற்பனையும் ஆத்துமாபசோட்சத்தில் சப்தத்தின் பிரமாணத்தன்மையில் சித்தித்ததாகவே சொல்லத்தக்கதாம். சப்தாந்தரவியாவிருத்தி தாற்பரிய

மோ சுருதிமுதலியவற்றிற்குச் சம்மதமாயிருக்கலால் கற்பிக்கத்தக்கதேயாம். இப்படியிருக்குமாயின் "ஶ்ரவணவாக்ய உபபத்திர்வா ॥ மனனாதேவ பார்க்கத்தக்கதாம் மனனாலேயே இது அடையத்தக்கதாம்." என்பவைமுதலிய சுருதிகளுஞ் சோகச்சொல்லியலைகளாகும். சிலர் தரிசனவிருத்தியின்மொருட்டு மனனமாத்திரத்திற்கு உபாதானத்தன்மை கூறும் சுருதிகள் விரோதப்படாவென்று கூறுகின்றனர். அது மிகவும் விசாரிக்கப்பொருக்காததாம். எதனாலெனின், பிரமாண ஆகாங்ஷையுயி (விருப்பத்தி)ல் பிரவர்த்தித்துள்ள அவை எப்படி உபாதானத்தைப்பற்றியனவாகும். "காரஶ்ஶ லம்கலெ்ரவிவிகிஷ்ரூ ஜா கூரூஜாய்ய தீரய்ய திரி வெரு தஷ்வ்ருஶ்ரி நவனவ ॥ காமம், சங்கற்பம், சந்தேகம், சிரத்தை, அசிரத்தை, திருதி (நிலையுடைமை), அதிருதி (நிலையின்மை) என்னுமிவையாவும் மனதேயாம்" என்னும் இவைமுதலிய சுருதிகளால் சாவதாணை (நிச்சயவாக்கிய) த்தால் சகலவிருத்திகளுக்கும் மனனமாத்திர உபாதானமுடைமை அறிவிக்கப்படுதலால், ஆகாங்ஷையில்லாமையால் உபாதானத்தாற்பரியமுடைமையாக எப்படி வர்ணிக்கக்கூடும்? முன்னே இரண்டாவது வல்லியில் பிரணவத்தைப் பிரமத்தையறிவிப்பதாகக் கூறியிருத்தலால், அதுவும் அபோகூத்திற்கு வதுவாமென்னும் சங்கையை நிவர்த்திக்க, "ஶ்ரவணவாக்ய உபபத்திர்வா ॥ மனனாலேயே பார்க்கத்தக்கதாம்" என்னுமிவைமுதலியன சாவதாணவாக்கியங்களாமென்றே வர்ணிக்கக்கூடியவைகளாம். இனி அதிகமாய்ப் பேசுதலினின்றும் அமைதிபெறுவாம். உண்மையாகவே யோகிகளுக்குச் சமாதியில் தூரத்திலுள்ள பதார்த்தங்களின் ஞானமுண்டாமென்பது சகல சாஸ்திரங்களிலும் பிரசித்தம். அப்போது பரோகூசாமங்கிரியையில்லாமையால், அது (தூரதிருஷ்டி) பரோகூமன்று. பகுத்தறியத்தக்க முன்னநுபவமில்லாமையால், ஸ்மரணமுமன்று. சுபசித்தாந்தமாதலால், சகமு

தலியவற்றின் ஞானத்தைப்போல் சாகுவிவடிவமுமன்று. பிரமா (ஆசை)சாமானியத்தில் காணியமமிருத்தலால், அப்பிரமாணமு டையது மன்று. நேத்திரமுதலியவற்றால் உண்டானது மன்று; அவற்றின் சம்பந்தமில்லாமையால். ஆகையால் அது மானசிகப் பிரமாவென்றே சொல்லத்தக்கதாமென்று மனதின் இந்திரிய த்தன்மையும் பிரமாணத்தன்மையும் தூரத்தள்ளத்தக்கனவே யாம். எவர்கள் யோகம் சுருதி இரண்டிற்கும் சமுச்சயத்தை (க லப்பை)க் கற்பிக்கின்றார்களோ அவர்களுக்கும் முற்கூறிய தூ ஷண (குற்ற) ங்கள் அதில் நிலைபெறும். ஆதலால் யோகஜந் நியசம்ஸ்காரத்தோடுகூடிய மனதுமாத்திரத்தால் அறியத்தக்க து ஆத்துமாவென்பது சித்திக்கது. ஸ்திரீயைப் பாலிக்கின்ற வனுக்கு வியவகித (தேசகாலங்களால் மறைந்துள்ள)ஸ்திரீ யின்சாட்சாத்காரம்போல, பாவனையாலுண்டாகுந்தன்மையால் ஆத்துமசாட்சாத்காரத்திற்கு அப்பிரமாணத்துவப்பிரசங்கமி ல்லை; பாதிக்கப்படாதவிஷயத்துவத்தினாலும், தோஷஜந்திய த்தன்மையில்லாமையாலும், ஸ்திரீயின் சாட்சாத்காரம் பாதிக் கப்படும் விஷயமுடையதாயிருத்தலாலும், தோஷஜந்தியமாயி ருத்தலாலும் அப்பிரமாணியம்; பாவனையாலுண்டாகியதாயி ருத்தலால் பாவனாசமாதியின் ஞாபகத்தன்மையில் வேறுபிரமா ணம் பொருந்துவதுமில்லை; அதுமனதின் சகாயத்தையுடை யதாயிருத்தலால். பிரமாணத்தை நிரூபித்தலிற் சமர்த்தர்களா கிய ஸையாயிகர் முதலியோர்களாலும் யோகத்தாலாகிய பிரத் தியட்சம், அலௌகிகப்பிரத்தியட்சத்தில் அந்தர்ப்பாவம் செய் ய (அடக்க) ப்பட்டிருக்கின்றது.

போகத்திரலாகிய அலௌகிக சம்பந்தத்தால் யோகிகள் வியவகிதமாய்த் தூரத்திலுள்ள சூட்சுமபதார்த்தத்தையும் ஆத் துமாவையும் யதார்த்தமாக அறிகின்றனர். அப்படியே பாத ஞ்சலசூத்திரத்தில், "ஸ்தாநுமாதத்ரவ்யாஸ்ரூதாநாசா நவ்யாஸ்ரூதாஸ்ரூதாநாஞ்சவிஷயாவிஶேஷாயோகாய" அதில் (ச

மாதியில்) உண்டாகும் பிரஞ்ஞை, யதார்த்தமுடையதென்னும் பொருளுள்ள ரிதம்பரையெனப்படும். அது (ரிதம்பராபிரஞ்ஞை) ஆகம அநுமானப்பிரஞ்ஞைகளுக்கு அந்நியமான விஷயமுடையதாம். விசேஷார்த்த (நிரூவிகற்பவிஷய) முடையின்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சப்தத்திற்கு யதார்த்தத்தன்மையை வேறுபிரிக்கும் கிரமமாத்திரத்தாலும், அநுமானத்திற்கு வியாபகத்தன்மையை வேறுபிரிக்கும் கிரமமாத்திரத்தினாலும் ஞானத்தையுண்டாக்குந்தன்மையாகிய நியமத்தால், அதைக் கிரகித்தலில் யோக்கிய விசேஷியமாத்திரத்தைப்பற்றியதாயிருத்தலாலென்பது பொருள். இதில் வாதாயண(வியாச)ரால் செய்யப்பட்டபாஷியம் "ஸ்ருதிசாமர்த்யாத் தத்ஸாதாந்யவிஷயம் ஸ்ம்ருத்யநுமிதஸ்ய விஷயவிஷேஷியாத்" என்பதாம். யோகபீஜத்தில் "ஜ்ஞாநநிஷ்டாவிரக்தேப்யஸ்தஜ்ஞாநவி ஜிதேந்த்ரியஃ | விநாயொகநிஷ்டாவிரக்தேப்யஸ்தத்விஷயாதிகஸ்ய ஸமாதிஸித்திர்பவதி" *

சடிக்கின்றனவோ, அந்தயோனியையே ஜீவன் அடைகிறன் என்பதனால் யோகமில்லாதவனுக்கு ஜன்மாந்தரம் (வேறு பிறப்பு) உண்டாகவேசெய்யும்; மரணகாலத்து அதிகமாயுண்டாகும் கலக்கம் அயோகியால் நீக்கப்படக்கூடாமையின், அது யோகபீஜத்தில் "ஸ்ரீ ஹரவஸா நஸ்ரீயுஷி ஸ்தயதூ ஸ்ரிஹரவயெசு| ஸ்தூலவஸுவெஜீவ ஸ்தயுவஜ நகாரணம் | ஸ்ரீஹரம்ஸ்தஸ்ம வெஜீந நஜாநம்தீர நவாஃ! கஸ்ரஸுஜ்ஞா நம்ச வெரா ஹ்யம்ஜவஸ்ரஸ்கவயுஸ்ரஃ| வீவீலிகாயதாலுஹ்ரவெஷவ்ர டாஷிஃவ்யுவெத | கவளக்ஷவ்யஸ்ரிவெகூவெஷவெஹரம் வெதவாகயம் வஃவீ ‖ தேகம் நீங்குங்காலத்து சித்தத்தில் எது எது பாவிக்கப்படுகின்றதோ, அததுவேயாகின்றன் ஜீவன் என்றிப்படி ஜன்மத்திற்குக் காணமிருக்கின்றது. தேகாந்தத்தில் இன்னதேகமுண்டாகுமென்பதை மனிதர்கள் அறியார். ஆகையால் ஞானமும் வைராக்கியமும் ஜபமும் சாமமாத்திரமேயாம். தேகத்தில் எறும்பு கடித்தால் தியானத்தினின்றும் விலகுமிவன் தேனிறற்கொட்டப்பட்டாலாவது அல்லது தேகாந்தத்திலாவது எப்படிச் சுகமுடையவனவன்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. யோகிகளுக்கோ யோகசாமர்த்தியத்தால் கடைசிக்காலத்திலும் ஆத்துமபாவனையால் மோக்ஷமேயாகுதலால் ஜன்மாந்தரமுண்டாகாது. அது பகவானற்கூறப்பட்ட "ப்ரயாணகாலெ மநஸாசலெந பக்த்யாயுக்தோ யோகபலெந சைவ | ப்ருவோர்மத்யெ ப்ராணமாவெச்ய ஸம்யக்ஸ தம்பரம் புருஷமுபைதி திவ்யம்" என்று மிவைமுதலியவற்றாலும் "ஸ்தானவெஷாஹ்ரயஸ்ரயஸ்ரா நாஷ்ரஃ | இருதயத்தின் நாடிகள் நூறும் ஒன்றுமாம்" என்னும் இவைமுதலிய சுருதிகளாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. தத்துவமசிமுதலிய வாக்கியங்களுக்கு அபரோட்ச ஞானத்தையுண்டாக்குந்தன்மையில் அவற்றின் விசாரம் வியர்த்தமேயாமென்று சங்கிக்கக்கூடாது; வாக்கிய விசாரத்தினாலாகிய ஞான

ம் யோகவாயிலாக அபரோட்சஞானத்திற்குச் சாதனமாயிருக்
கலால். இது விஷயமாகவே யோகபீஜத்தில் கௌரீசுவரசம்வா
தம் விசேஷமாயிருக்கிறது. அதினின்றும் சிறிது எடுத்தெழு
தப்படுகிறது:— "தேவ்யுவாச | ஜ்ஞாநிநஸ்து-ஸ்ரீகாயதேவதே
தஸ்யாமவஸ்தாயாம் ! மஹ்யமேதத்விசேஷாத்-ஜ்ஞாபயிதுமர்ஹஸி
தவாஸ்மியே | தேவிகேட்கிறாள், காருணியமெனும் அமுதக்க
டலாகிய தேவசா, எந்த ஞானிகள் மரிக்கின்றார்களோ அவர்கள்
நிலை எப்படிப்பட்டதாகும் சொல்லுவீராக" "ஸ்ரீமஹாதேவ
தேஹாத்ஜ்ஞாநிநாம்-ப்ராக்ருதாஸ் வாவாஸ்தாஸ்திவாப்யுத|
யாத்ருஸ்யாம்-மஹாதேவ-தத்தேஹாத்ஜ்ஞாநீவ-நஹ்யுவை| ப்ரஸா
தே-ஜ்ஞாநமாஹாத்ம்யே நஸ்தாஹாஸ்யாம்யஹம் | தத்ஸ்திதஸ்ய
ப்யவாயொபீஹவாதிநாதயா | தத்தாத்ருக்திஸ்யாவாவ
ரோதாதயாஸ்திவாவதி தம் ॥ ஈசுவரன் சொல்லுகின்றார்:—
தேஹாந்தத்தில் * ஞானியால் புண்ணியபாவங்களின் பலம் அ
டையப்படுகின்றது. எப்படிப்பட்ட பலம் உண்டாகின்றதோ
அதைப் புசித்து ஞானி மறுபடியும் பிறப்பான். பிறகு அவனுக்
கு புண்ணியத்திலும் சித்தர்களோடு சேர்க்கையுண்டாகின்றது.
அதன்பின் சித்தர்(மோக்ஷசித்தியை யுடையவர்)களது கிருபை
யால் யோகியாகின்றான்; வேறு விதத்தாலாகிறதில்லை. அதனா
ல் சம்சாரம் நசிக்கிறது. வேறுவிதத்திலும் நசிக்கிறதில்லையெ
ன்று ஈசுவரனால் சொல்லப்பட்டது." தேவ்யுவாச, "ஜ்ஞாநா
தேவஹிதோக்ஷ்யவ்யஸ்தாஸ்திநஸ்துவா | நகஸ்யாவிஷ்யதி க
தாயோமஸ்யாதோக்ஷதோஷமெவ| தேவிசொல்லுகிறாள்:—
வேறுவிதத்திலும் சித்திக்கிறதில்லை. ஞானத்திலேயே எப்
போதும் மோக்ஷமுண்டாமென்று ஞானிகள் சொல்லுகின்றனர்.
ஆகையால் யோகமெப்படி மோக்ஷத்தைத் தருவதாம்?"

---

* இங்கே ஞானிகளென்றது, விடாபரோட்ச ஞானமில்லாதவர்க
ளை.

ಂಸಂಶಾಸಉವಾವ ''ಜ್ಞಾನೆನಯೆನಯವಹಿಯೋಕ್ಷಾವಹಿತೆವ್ಯಾಂ
ವಾಕ್ಯಂಕ್ಷನಯಾ ನ್ಯಯಾ ! ಖಯಿವುವಕಂಕಿವಬ್ಜ ನಜಯೊಹವತಿ
ಕಯಿಗಿಯಿ | ವಿನಾಯಾಂಜೆ ನವೀಯೆಗುಣಕಯಂಜಪಿಯಾವ್ಯಾಯಾ
ಕಯಾಯೊಯೆಹ ನಾಖಹಿ ಕಂಜ್ಞಾನಂ ಯೋಕ್ಷಾಯಯೆನಾಹವೆಸ ||
ಈಶ್ವರன் சொல்லுகின்றார்: ஞானத்தினாலேயே மோக்ஷமுண்டா
மென்னும் அவர்கள்வாக்கியம் வித்தியாசமுடையதன்று. சகலரு
ம் வாளினாலேயே ஜயமுண்டாமென்று கூறுகின்றார்கள். ஆயி
னும் யுத்தமும் வீரிய(பல)முமின்றி எப்படி ஜயத்தையடையக்
கூடும். அதுபோல (*) யோகமின்றியஞானம் மோக்ஷத்தின்

---

* இங்ஙனமே யோகம் ஞானத்திற்குச் சாதனமாமென்பது ''யோ
கமின்றிய ஞானம் எப்படி மோக்ஷத்தைத் தருவதாம்'' என்று யோகதத்
துவோபநிஷத்திலும் ''அநேகஜன்மங்களிலப்பியசிக்கப்பட்ட ஞானத்
தால்யோகம் அடையப்படுகின்றது. [ஞானம் யோகசாதனமாமென்பதை
ப் பகவற்கீதையின். 16-அத்தியாயத்தினது முதல் சுலோகபாஷியத்தி
ற்காண்க.] ஞானமோ ஒரு ஜன்மத்திலநுஷ்டிக்கப்பட்ட யோகத்தினாலே
யேயுண்டாகின்றது. ஆகையால் யோகத்தைப் பார்க்கிலும் மேலானதில்
லை. யோகமார்க்கமே மோக்ஷத்தைத் தருவதா'' மென்று யோகசிகோ
பநிஷத்திலும், ''யோகியாவனவன் தவமுடையோர், ஞானிகள் (சாஸ்தி
ரப்பயிற்சியுடையோர்), கர்மிகள் (அக்கினிஹோத்திராதி கர்மஞ்செய்
வோர்) என்னும் இவர்களைப்பார்க்கிலும் மேலானவனாக மதிக்கப்பட்டி
ருக்கின்றான். ஆகையால் ஓ! அர்ச்சுன! நீ யோகியாகக்கடவாய்.'' என்று
பகவற்கீதையிலும், ''மன்னியயோகந்தன்னில்ஞானம் வந்தெய்துமந்த;
வுன்னருஞ்ஞானந்தன்னில் யோகவந்தெளிதினெய்து; மின்னலவயிரண்டி
ங்கைவந்திறைஞ்சிநின்றனக்கியான்மற்; றன்னியனல்லனன்னென்ற
ன்னுடனெருவனுமேவென்'' என்றும், ''இன்னணம்பிரமமாகுஞ்சாங்கியமி
சைத்தோமீதின்,மன்னுறமனத்தைச்சேர்த்தன்மாண்புடையோகமாகும்;
பன்னரும்ஞானம்யோககாரணம் பழிப்பில்யோகந் துன்னுதற்காரியஞா
னகாரணமாகித்தோன்றும்'' என்றும், யோகியரடைந்த முத்திச்சாங்கிய
ருற்றுவாழ்வர்; சேசெறியோகத்தோடுசாங்கியத்தெளிவு தன்னை; யேகமா
யெண்ணிநினைத் தத்துவமறிந்தோனென்னச்; சோகமோகங்கள்செற்ற
தொல்லைமாமுனிவர்சொல்வார்'' என்றும் கூர்மபுராணத்திலும், ''யோ
கத்தினால் விஞ்ஞானம் சித்திக்கின்றது. ஞானத்தினால் யோகம்பிரகாசி

பொருட்டாகாது" என்பதாம். அப்படியாலல் ஜனகாதிகளுக்கு யோகமில்லாமலும் பிரதிபந்தமின்றிய ஞானமும் மோக்ஷமும் கேட்கப்பட்டிருத்தலால், யோகத்திலேயே பிரதிபந்தமில்லாத ஞானமும் மோக்ஷமு முண்டாமென்பது எப்படியெனின், அது சொல்லப்படுகின்றது:— * அவர்களுக்குப் பூர்வஜன்மங்களில் லக்ஷ்டிக்கப்பட்ட யோகத்திலாகிய சம்ஸ்காரத்தால் ஞானங்கிடைத்தென்று புராணமுதலியவற்றில் கேட்கப்பட்டிருக்கின்றது. அதெப்படியெனின், "விஜ்ஞீஷவெ்யாயயாவிவ்ரோயயாவெவாவ்ஸி தாஉயஃ । க்ருத்யாஜ்ஜகாஉ்ஹ்ஹ்ரு்தாஉயா யாராஉவொவிஸஃ । ஸம்ப்ரதாஃவராஃஸிஜ்ஃவெவ்ரு ஹ்ரு்ஹ்ஹயொமகஃ । யதுவ்ரு்யாயாஉயஃஸ்ஹ்ரு்ஸஉ்ரு்ஃவிவெவ்ரு காஉயஃ । வ்ரிதெத்ரு்ஹ்ரு்ஹாஸாஜ்ஹ்ரு்ஸாஃவிஜ்ஹ்ரு்ஸ்ஹ்ரு்ஹ்ரு்ஹ்ரு்ஹி । வரெதவாவெரு்ஹவ்ரு்ஹவ்ரு்ஹ்ரு்ஹவ்ரு்ஹ்ரு்ஹ்ரு்ஹ

வியென்னும் பிரமணரும், சைவாஸிதர் முதலியோருர், ஜனகர் முதலியகூத்திரியர்களும், கலாதாரர்முதலியவைசியர்களும் முன் அப்பியாசித்தயோகத்தால் மேலாகிய சித்தியையடைந்தனர். அதுபோல தர்மவியாதன் முதலிய வழுருத்ரர்களும் பலவகர்முதலியோரும், மைத்ரேயி, சுலபை, சார்ங்கி, சாண்டிலி, கபஸ்வினியென்னு மிவர்களும் மற்றுமனேகரும் முன் அப்பியசித்தயோகத்தால் மேலாகியரூனைநிஷ்டையை அடைந்தனர்" என்பதாம்.

அன்றியும், முற்பிறப்புகளில் அநுஷ்டிக்கப்பட்ட யோகாப்பியாசத்தின் புண்ணியதாரதம்பியத்தால் சிலர் பிரமபுத்திரத்தன்மையையும், சிலர் தேவரிஷித்தன்மையையும், சிலர் பிரமரிஷித்தன்மையையும், சிலர் முனித்தன்மையையும், சிலர் பக்தத்தன்மையும் அடைந்தவர்களா யிருக்கின்றார்கள். அதில் உபதேசமின்றியும் ஜன்மசாதகாதாரமுடையவர்களானார்கள். அப்படியே, இரணியகர்ப்பர், வசிஷ்டர், காதர், சனற்குமார், வாமதேவர், சுகர்முதலியோர் பிறப்பிலேயே சித்தர் (மோகஜ்ஞானத்தினையப் பெற்றவர்) களானென்று புராணமுதலியவற்றிற் கேட்கப்படுகின்றது. பிரமணனே மோகஜ்ஞானியென்று யாதொரு புராணமுதலியவற்றிற் கேட்கப்படுகின்றதோ, அது அயோகி (யோகமில்லாதவர்) களதுபகுமானம். அதற்கருடபுராணத்தில், "யொமாஹுரவ்யாகுணாம்பெ ஷ்டாம் தாவஜ்ஜந்தாம்தரார்ஜகஃ । யொஹவ்யுவ்யாவ்தியெத ஷ்டாம்ஸ்ருஜ்யவிகுருதே ॥ ஸ்ரீக்ருஷ்ணஜ்ஞானிகுருவெவ்யாகுருர்யாஸ் । தஸ்ருக்ஷுத்வியொவிவ்ருஃ ஸ்ரு யொஹீ நவ்யுதிதாரவெஸ் ॥ காருவ்யாந்ஃஸ்ரு தாயஜ்ஞா. கஃபு ஹ்யாவ்ஸீ தஸ்ருஷ்டாரபு । தவிதாஜ்ஞாதிக்ருஷிவெவ்யுதி யொஹீஃக்ஷி ஸ்ரு காருவெஸ் ॥ ஜன்மாந்தரத்தில் செய்யப்பட்ட யோகாப்பியாசம் எந்த நரர்களுக்கு இல்லையோ, அவர்களுக்கு யோகத்தையடையும்பொருட்டுச் சுத்திரர் வைசியர்முதலிய சரமமுண்டு.

ஸ்திரீத்தன்மையினின்றும் சூத்திரத்தன்மையை யடைகின்றன். அதினின்றும் வைசியத்தன்மையையடைகின்றன். அதினின்றும் க்ஷத்திரியனும் விப்பிரனுமாகின்றன். அதினின்றும் கிருபா ஹீன(தயையில்லாதவ) னாகின்றன். அதினின்றும் விக்ருவாணி யபிராமணனாகின்றன். ஸ்மிருதனும் (ஸ்மிருதியை யறசிக் கிறவனும்) யாகஞ்செய்பவனுமாகின்றன். அதன்பின் கர்மஸி யாசி(சங்கியாசி) யாகின்றன். அதினின்றும் ஞானித்தன்மை யையடைகின்றன். இவ்வாறு யோகி கிரமமாக முக்தியடை கின்றன். (சூத்திர வைசியாதிக்கிரமமாக யோகியாய் முக்தியை யடைகின்றன் என்பது பொருள்)" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இதனால் யோகத்தில் சகலருக்கும் அதிகாரம் கூட்டப்படுதலால், யோகத்தினுண்டாகிய தத்துவஞானத்தினால் சகலரும் முக்தியடைகிறார்களென்பது சித்தம். "ஸ-வி நாம ஸ்ரீ கரம ஹவை யொமஹ வெஷ ஸ்ரேஷ்டாயதெ | கஸ்வாயொ ஹிதா லெவ | யோகபிரஷ்டன் புனிதமாகிய ஸ்ரீமான்கள் வீட்டிலேனும் யோகிகளது வீட்டிலேனும் பிறக்கிறன்" என்னும் பகவானது வாக்கியத்தால் யோகிகளுக்கு பிரஷ்டர் (யோகத்தினின்று கழுவினவர்) களாயினும் சூத்திராதிக் கிரமமில்லை. இவ்வளவில் அபைதிபெறுவாம். (க ஏ)

(அ-கை) பிராணமேனையமின்றி மோக்ஷம் சித்தியாதென்று சொல்லப்பட்டது. அதில் பிராணனையழுண்டாயின் மனேனையழுமுண்டாமென, அதன் (பிராணனது) இலயக்கிரமத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஜூாகுவாஸு-ஷ-ஜூாஸலூஷ கூபகுவாவ-ாஉஷய்ய
ம ம | ஷ்ரிகுவாஸுவெஷவஸு-ஷ்யாதெந ப்ரஹாரமெயுஷி
ரொயமெக ॥ ॥ க ஸு ॥

(இ-ள்) எப்போதுமே("ஸ-ாரஜ்யாதீ-ுகெஷெஸ்ரு கல்லாஜ்ஜியமும் கர்மமுள்ள தேசமும்" என்று சொல்லப்பட்டி-

ருக்கும் இலகூகணமுள்ள) நல்ல ஸ்தானத்திலிருந்துகொண்டு, சு
ழுமுனையென்னும் மத்தியநாடியை நன்றாய்ப் பேதிக்குந்தன்
மையைக் குருமுகமாயறிந்து, பிராணவாயுவை மத்தியிற் செல்
லுவதாக்கிப் பிரமரந்திரத்தில் நிரோதித்தல் வேண்டும். எ-று.

அது வாசிஷ்டத்தில், "கூஹ்ராலெந வஸிஷ்டெந வாணா நாமகூயசோமதெ । மநஃப்ரஸமசோயாதி நிவாணமவஸி ஷ்யதெ ॥ அப்பியாசத்தால் பிராணனது அசைவிற்கு காரணம் வரும்போது மனம் மிகவும் சாந்தியை யடைகின்றது. அப் போது நிர்வாணம் மிஞ்சுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக் கின்றது. பிராணனும் மனமும் இலயமாகுங்கால் பாவனை சேஷமாகிய சமாதியோடு சேர்க்கப்பட்ட அந்தக்காரணத்தால் பாதிக்கப்படாத ஆத்மசாட்சாத்காரம் உண்டாகின்றது. அப் போது சீவன்முடிருந்துகொண்டே முக்தனாகின்றான். (கசு)

(அ-கை) பிராணலயமானால் காரியமுண்டாமெனக் கூ றுகின்றார்.

வாயுபூரவ்ருதிவாயுத்தஃ காயுபாரதி ஃதிவாத்தகு ।
மொக்ஷ்வாஷ்டூராகாயுவாயு மாஹ்ரியெத உஃபாஹ்ர
தி ॥ ॥ கள ॥

(இ-ள்). சூரியனும் சந்திரனும் இராப்பகல் வடிவமாகிய காலத்தைச் செய்கின்றன. சாஸ்வதியென்னும் சுழுமுனை (சூ ரியசந்திரர்களாற் செய்யப்பட்ட இராப்பகல் வடிவமாகிய) கா லத்தைப் புசிப்பதாயிருக்கின்றது. இது இரகசியமாய்ச் சொ ல்லப்பட்டது. எ-று.

இரண்டரைக்கடிகை சூரியன் ஓடுகின்றது. இரண்டரைக் கடிகை சந்திரன் ஓடுகின்றது. சூரியன் ஓடுங்கால் பகலென் றும், சந்திரன் ஓடுங்கால் இரவென்றும் சொல்லப்படுகின்றது. இலௌகிகர்களது இராப்பகலில் யோகிகளுக்குப் பன்னிரண்டு

இராப்பகல்வடிவமாகிய காலவிவகாரம் நடக்கின்றது. அப்படிப்பட்ட காலஅளவால் ஜீவர்களுக்கு ஆயுளளவுமாகின்றது. எப்போது சுழுமுனைமார்க்கத்தால் வாயு பிரமரந்திரத்தில் ஒடுங்குகின்றதோ, அப்போது இராப்பகல் வடிவமாகிய காலமில்லாமையால் "சுழுமுனை காலத்தைப் புசிப்பதாயிருக்கின்றது" என்று சொல்லப்பட்டது. எது வரையிலும் பிரமரந்திரத்தில் வாயு வொடுங்குகின்றதோ, அதுவரையிலும் யோகிகளுக்கு ஆயுள்விருத்தி யுண்டாகின்றது. நீண்ட காலம் சமாதியை அப்பியசித்த யோகியானவன் முன்னமே மரணகாலத்தை யறிந்து பிரமரந்திரத்தில் வாயுவைக் கொண்டுபோய்க் காலனை நிவர்த்திக்கிறான். சுவேச்சையாகத் தேகத்தியாகமும் செய்கிறான் என்பது கருத்து. (க೭)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஆலஸ்ய திவஸமஸ்தானி நாபீ யாராணி வஜ்ரோ|
ஸுஷும்நாயாமஸவீர்யஸ்திஃ ஸுஷாவஸ்வயநிராயுஷாஃ ॥

(இ-ள்) பஞ்சரத்தில் (பஞ்சரம்போல் நரம்பு எலும்பு முதலியவற்றால் கட்டப்பட்டிருக்கும் சரீரத்தில்) * எழுபத்தி

---

* எழுபத்தீராயிரம் நாடிகளுள் சுழுமுனை, இடை, பிங்கலை, குரு, சரச்சுவதி, யசசுவினி, பூஷை, விசுவோதரை, வருணை, அத்திசிங்குவை, பயசுவினி, சங்கினி, காந்தாரை, அலம்புடை யென்னும் பதினைந்தும் முக்கியமானவைகள். அவற்றுள்ளும் சுழுமுனை, இடை, பிங்கலையென்னும் மூன்றும் பிரதானமாம். அவற்றுள்ளும் குற்றமற்ற சுழுமுனைநாடி மிகப் பிரதானமாம். இதனையே பிரமநாடியென்பர். அப்பதினைந்து நாடிகளின் இலக்கணம் வருமாறு:—

(க) முதுகின் நடுவில் வீணைதண்டமென்னும் எலும்புக்கூடு ஒன்று சிரசுவரையிலும் பொருந்தியிருக்கின்றது. அந்த எலும்புக்கூடாகிய மேருவின் மத்தியில் சிரசின் நடுவழிபுகுந்து புருவநடுவரையிற் பொருந்துகின்ற சூட்சுமமாகிய துவாரம் ஒன்றிருக்கின்றது. அதுவே பிரமநாடியென்னும் சுழுமுனையாம். அதற்குத் தேவதை சிவன்.

சாயிரம் நாடிக்குவார (வாயு பிரவேசிக்கும் மார்க்க) ங்களிருக் கின்றன. அவற்றுள் சுழுமுனை யென்னும் மத்தியநாடி, சாம்ப வி சக்தியாம். மற்றவை (இடைபிங்கலை முதலியன) பிரயோஜ

(உ) சுழுமுனைக்கு இடதுபாகத்திலிருப்பது இடை. அது இடது காதியில் வியாபித்து நிற்கும். தேவதை விஷ்ணு.

(ரு)சுழுமுனைக்கு வலப்பாகத்திலிருப்பது பிங்கலை. அது வலது நா சிவரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை பிரமா.

(ா) சுழுமுனைக்கு முன்னிருப்பது நந்து. அது குய்யம்வரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை அக்கினி. பிருதிவியென்றும் கூறுவர்.

(ஹ) சுழுமுனைக்குப் பின்னிருப்பது காசீசுவதி. அது நாவளவு பொருந்திநிற்கும். தேவதை விராட்டு.

(சு) இடைக்கு முன்னிருப்பது அத்திசிங்ஙவை. அது இடதுகா ற் பெருவிரலளவு பொருந்திநிற்கும். தேவதை வருணன்.

(எ) இடைக்குப் பின்னிருப்பது காந்தாரி. அது இடதுகண்வ ாயிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை சந்திரன். இந்திரனென்றும் கூ றுவர்.

(அ) பிங்கலைக்கு முன்னிருப்பது யசசுவினி. அது வலதுகாற்பெ ருவிரல்வரையிற் பொருந்தியிருக்கும். தேவதை சூரியன். பிரமாவெ ன்றுங் கூறுவர்.

(கூ) பிங்கலைக்குப் பின்னிருப்பது பூஷை. அது நேத்திரம்வரை யிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை திக்கு. ஈசுவரனென்றுங் கூறுவர்.

(கo) அத்திசிங்ஙவை குருவென்னும் இரண்டு நாடிகளுக்குமத்தி யில் விசுவோதரையென்னும் நாடியிருக்கின்றது. அது முகம்வரையி ற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை அக்கினி.

(கக) யசசுவினிகுருவென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் வருணை யென்னும் நாடியிருக்கின்றது. அது கீழும்மேலுமாகச் சரீரமெங்கும் பொ ருந்திநிற்கும். தேவதை வாயு.

(கஉ) பூடைசரச்சுவதியென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் பயசுவி னியென்னும் நாடியிருக்கின்றது. அது வலச்செவிவரையிற் பொருந்தி நிற்கும். தேவதை பிரஜாபதி.

னமில்லாதனவாம் (முற்கூறியபிரயோஜனமில்லாமையால்) எ-று.

இதனுல் பக்தர்களுக்கு ஸ0-சுகம், ஹவ-தி- உண்டாகின்றது. ஆகையால் இது சாம்பவியாம். அல்லது இது சம்புவாகிய ஈசுவரனதாகையால் சாம்பவியாம். அல்லது தியானத்தினுல் சம்புவையடைவிப்பதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது சம்புவின் ஆவிர்ப்பாவத்தை யுண்டாக்குவதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது-ஸ0- சுகவடிவாய் ஹவ-தி-நிற்கின்றது. ஆகையால் சாம்பவியாம். அல்லது சம்புவாகிய ஆத்துமாவினதாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது சித்து வெளிப்படும் ஸ்தானமாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். அல்லது தியானத்தால் ஆத்துமசாகூத்காரத்திற்கு ஏதுவாயிருத்தலால் சாம்பவியாம். (கஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வாய-ஃவரிவிதாயஷாஉஜ்ரு நாஷஹக-ணை0 ।
வொயயிக்ஷாஷ-ஷ-ந்ரூய்யா0வ்ர விஸ்ஸஉநிரோயதஃ॥

(இ-ள்) வாயு அப்பியாசிக்கப்பட்டதாகுமாயின் ஜடாக்கினியுடன் குண்டலிசக்தியை விழிப்பித்துப் பிரதிபந்தமின்றிச் சுழுமுனையிற் பிரவேசிக்கும். எ-று.

வாயுசுழுமுனை (சரஸ்வதி) யிற் பிரவேசிக்கும் பொருட்டு அதன் அப்பியாசம் செய்யவேண்டுமென்பது பொருள். (கக)

(அ-கை) இதுவுமது.

(கஈ) காந்தாரி சரச்சுவதியென்னும் நாடிகளுக்கு மத்தியில் சங்கினியெனும் நாடியிருக்கின்றது. அது இடதுசெவிவரையிற் பொருந்தி நிற்கும். தேவதை சந்திரன்.

(கச) கந்தமத்தியில் அலம்புடை நாடியிருக்கின்றது. அது குதம்வரையிற் பொருந்திநிற்கும். தேவதை வருணன். சூரியனென்றும் கூறுவர்.

இந்நாடிகளெல்லாம் கந்தத்தினின்றும் அரசிலையின் நரம்புகளைப் போலக் கிளைகிளையாய்ப்பிரிந்து போகின்றன.

வ-வஷ-ஂஜ ரவாஹிநிவ்ரா ணைவஸி ஐயெதயுவஜெநா-ந்ஜ
நீ । சுநயுயாக்ஷி தராஹயுாவா ஃஷ்ரயா வெஸவயொஜி
நாம ॥ ॥ உ0 ॥

(இ-ள்) பிராணன் சுழுமுனையிற் செல்லுவதாகுங்கால் ம
னோன்மனி (உன்மனியவஸ்தை) சித்திக்கின்றது. அப்படியில்
லையாயின் (பிராணன் சுழுமுனையிற் செல்லுவதாகாவிடின்), மற்
ற (சுழுமுனைக்கந்தியமாகிய) அப்பியாசங்கள் யோகி (யோகாப்பி
யாசி) களுக்குப் பிரயாசத்தின்பொருட்டேயாகின்றன. எ-று.

(அ-கை) இதுவுமது.

வவெநாவையுெதயெநஜநவ்ஹஷெநவவையுெத।
ஜநஜ்ஹவையுெதயெந வவநவ்ஹ நவையுெத ॥ உக ॥

(இ-ள்) எந்தயோகியால் பிராணவாயு கட்டப்படுகின்றதோ
அந்தயோகியால் மனமும் கட்டப்படுகின்றது. எவனால் மனம்
கட்டப்படுகின்றதோ, அவனால் பிராணனும் கட்டப்படும். எ-று.

மனம் பிராணனென்னும் இரண்டில் ஒன்றைக் கட்டினால்
இரண்டும் கட்டப்பட்டதாமென்பது பொருள். (உக)

(அ-கை) இதுவுமது.

வெஹத-ஹயெ0க-வி தவ்யுவாவஸ நாவஸீரணஃ । த
யொவி-ஃ நவ்ட வஸகவ்ஹி0வ்ஸள ஹாவவிவி நஜ்யு கஃ ॥உஉ॥

(இ-ள்) சித்தம் பிரவிருத்திக்கற்கு வாசனை (பாவனை—சம்
ஸ்காரம்) பிராணவாயுவென இரண்டு காரணங்களிருக்கின்றன. அ
வற்றுள் ஒன்று நஷ்டமாயின் அவ்விரண்டும் நசிக்கும். எ-று.

வாசனை நசித்தால் வாயு சித்தம் என்னுமிரண்டும் நசிக்கும்.
சித்தம் நசித்தால் வாயு வாசனையெனுமிரண்டும் நசிக்குமென்ப
தே அபிப்பிராயம். அது வாசிஷ்டத்தில் ‘வெஷீஜராஜஷி
தவ்யுவாணவ்ஹ0ஃ நவாஸவெந । வஸகவ்ஹி0ஜ்ஹ தயொந-ஃ

வெடிகூஷிவ்ரு ஂவெஷிநஶுகஃ ॥ இராமா, சித்தத்திற்குப் பிராணசலனம் வாசனையென்று இரண்டு காரணங்களுண்டு. அவற்றுள் ஒன்று நஷ்டமாஞல் இரண்டும் உடனே நஷ்டமாகும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அதிற்றூனே "யாவஜ்ஜீவ நஂ நஃ ஸ்நாநதாவதாஸ நாகூயஃ । நகூஸ்ணாவாஸ நாயாவஜ்ஜீத்ஂ தாவஜ்ஜாகர்தி॥ நயாவதூர்திஜ்ஜாநஂ நதாவஜ்ஜிதாவஸ்ஃ । யாவந்நஜிதாவஸ்ஃதாவந்நதாவத்தகூவெதநஂ । யாவந்நவாஸநா நாஸஜ்ஜாவதாதாஸ்ஃகூதஃ । யாவந்நதிதகூஸஂவ்ராவ்ருதாவதாவதாஸ நாகூயஃ । தத்தூஜ்ஜாநஂஸ்ஃஸ்நாநாஸ்ஜா வாஸ நாகூயவஜ்ஜவ । ஜிஷ்ஃகாரணதாஂஸகூவா ஏஂஸாயர்நிவ்ருதாநர்துதஃ । தர்யவஜ்ஜெதஸஸ்ஃயாவ நந்நகூஹர்ஷாஸ்ஃஹஂஸ்ஃகூஂ॥ தாவந்நதிதகூஸஂவ்ராவ்ருதிஸ்ஃவதர்விஸஸாரஜ்ஜிவெதஃ ॥ மனம் * ஒடுங்காதவரையில் வாசனை நசியாது. வாசனை நசியாதவரையில் சித்தம் நசியாது. தத்துவஞானமுண்டாகாதவரையில் சித்தம் நசியாது. சித்தம் நசியாதவரையில் தத்துவஞானமுண்டாகாது. வாசனை நசியாதவரையில் தத்துவஞானமுண்டாவதேது? தத்துவஞான முண்டாகாதவரையில் வாசனைகூடயமுண்டாகாது. தத்துவஞானம், மனோநாசம், வாசனைகூடயமென்னுமிவைகளே ஒன்றற்கொன்று காரணத்தன்மையையடைந்து சாதித்தற்கரியனவாயிருக்கின்றன.

ஆகையால் இம்மூன்றும் எதுவரையில் சமமாய் அடிக்கடி அப்பியசிக்கப்படவில்லையோ, அதுவரையில் நன்றாய் ஊன்றியிக்கப்படுமிவற்றால் தத்துவஞானத்தினடை வுண்டாகாது" என்று விதிரேகமாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (உஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஜிநாயத்ஂ விஜீயெத வவநஷ்டத்ஂ ஜீயெத । வவ

---

* இப்படியே அன்னபூர்ணோபநிஷத்திலும் முக்திகோபநிஷத்திலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

நொஸீயதெயத்ர ஃநஷ்ட்ர விஸீயதெ। ॥உங॥

(இ-ள்) எதில் (எந்த ஆதாரத்தில்) மனம் ஒடுங்குகின்ற தோ, அதில் வாயு ஒடுங்குகின்றது. வாயு எதில் ஒடுங்குகின்ற தோ, அதில் மனம் ஒடுங்குகின்றது. எ-று. (உங)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஏ-ஂஹ்ரா ஂவை-வ்ஹ்ஂஸீஸீ தாவ-ஹள தள த-ஷ்ய்கி ளஸோ
நஷஸோ-ர-தளஹ்ஸி யதெ தாஃர-த்ர ஃநஃ ப்ரவ்ருத்தியு
தெ தாஃநஷ்ட்ர ஃர-த்ரவ்ருத்திஃ ॥ ॥ உச ॥

(இ-ள்) எதில் வாயு பிரவிருத்திக்கின்றதோ, அதில் மனது பிரவிருத்திக்கின்றது. எதில் மனது பிரவிருத்திக்கின்றதோ அதில் வாயு பிரவிருத்திக்கின்றது. ஆகையால் பாலும் நீரும்போல் செவ்வையாய்க் கலந்துள்ள மனம் வாயுவென்னும் அவ்விரண்டும் சமானக்கிரியையுள்ளனவாம். எ-று.

அதுவாசிஷ்டத்தில் "கவி நாஹாவி நீ நி கூ ஂ ஜ ஂ த ஂ நா ஂ ப்ராணவெ தவீ । கூ-ஹ-ஸோ ஸோ ஏவ ந்ஹி ஸ்ரு தி ஷ்வெ தஷ்ஜீவ ஷ்ஜீ தெ। கூ-ர-தஷ்ஜீவி நா ஸ்ரு நகூ ய ஷ்ஂ ஸோ கூ வ்ருஃ-த்தஃ ॥

ஜீவர்களுக்கு நித்தியம் இன்றியமையாதனவாகிய பிராணனும் சித்தமும் பூவும் மணமும்போல கலந்தவைகளாய் எள்ளுமெண்ணெயும் போலவிருந்துகொண்டு விநாசத்தால் மோக்ஷமென்னும் உத்தமமான காரியத்தைச் செய்கின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (உச)

(அ-கை) இதுவுமது.

தெ தெ கூ நாஸா ஃவாஸ்ய நாஸ வகூ வ்ருத்தெ ர
வாவ்ருத்திஃ। கூய்ஷ்யொஸ்ரு ஜ்ரியவஸ்தூ வ்ருத்திஃ ப்ரய
ஸ்யொஃ-ரகூ வஃஸ்ய ஸிஜ்ஃ ॥ ॥ உஞ॥

(இ-ள்) அவற்றுள் (மனம் பிராணனென்னுமிரண்டனுள்) ஒன்றின் நாசத்தால் மற்றதின் நாசமும், ஒன்றின் பிரவிருத்தியால்(வியாபாரத்தால்)மற்றதின் பிரவிருத்தியுமுண்டாகின்றது. (மனம் பிராணனென்னும்) அவ்விரண்டும் இலயமாகாதிருக்கின் இந்திரியவர்க்கங்களின் விருத்தியும் (இந்திரியசமூகங்கள் தத்தம் விஷயங்களிற்பிரவிருத்தித்தலும்), அவ்விரண்டும் இலயமாயின் மோக்ஷபதத்தின் சித்தியுமுண்டாம். (அவை இலயமாகுங்கால் புருஷன் சொரூபத்தில் நிலைத்தலாமென்பது பொருள்). எ-று.

"ததாவிலாயஃ வவநஸ்ய நாஶஃ ஷஂமயொமாயி நிஷ்டவணெந । ஶெநாவி நாஶஸ்து-ம-ரொஃ ஜ்ஞாநாந்நி ஶ்ரேஷ்டொத்ரணஸ-ஸ்யாயஃவனவ ॥ (பிராணன்மனமென்னும்) அவ்விரண்டிலும் பிராணனது நாசம் ஷடங்கமுதலியவற்றின் அப்பியாசத்தால் சாதிக்கத்தக்கதாம். மனோநாசமோகுருப்பிரசாதத்தால் நிமிஷமாத்திரத்தால் நன்றாய்ச் சாதிக்கத்தக்கதேயாம்." என்னுமிது யோகபீஜத்தில் மூலசுலோகத்திற்கடுத்த சுலோகமாம். (உடு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ரஸஸ்யஃ நஸஶ்சைவ ஜ்ஞாஜ்ஞாவதஃ । ரவொவைஜ்ஞாஃ ஶெநாவைஜ்ஞாந்நஸிஜ்யதிஹ ஶாஶ்வதமெவ॥உசு

(இ-ள்) இரசத்திற்கும் (பாதரசத்திற்கும்) மனதிற்கும் சுபாவமாகச் சஞ்சலத்துவமுண்டு. இரசம் கட்டுப்பட்டால் சித்தம் கட்டுப்பட்டதாகின்றது. அதனால் உலகத்தில் எது சித்தியாது? (எல்லாஞ்சித்திக்குமென்பது பொருள்.) எ-று. (உசு)

(அ-கை) அதனையே கூறுகின்றார்.

ஶுஷ்யதி ஹ்யேதாஹ்ரதிவ்யாயீந்ரு ஹ்யேதாஜீவயதிஷ்வயஃ। வைஃவெவரதாஃயஹ்யேத ரவொவாயஃஶ்ஶுவாவஹி ॥

(இ-ள்) பார்வதி! இரசமும் வாயும் மூர்ச்சிதமாயின் வியா

திகளைப்போக்குகின்றன. மிருதமாயின் சுவயம் (தமதுசாமர்த்தியத்தால்) வெகுகாலம் ஜீவிப்பிக்கின்றன. பத்தமா (கட்டுப்பட்டனவாகுமா) யின் ஆகாயத்தில் சஞ்சரிக்குந்தன்மையைத் தருகின்றன. எ-று.

ஓஷதிவிசேஷங்களின் சம்பந்தத்தால் சபல(சஞ்சல)நீங்கிய இரசமும் கும்பகங்களினத்தத்தில் இரோசகம் நிவர்த்திக்கப்பட்ட வாயுவும் பூர்ச்சிதமெனப்படும். பஸ்மமாகிய இரசமும் பிராமாந்தரத்திலொடுங்கிய வாயுவும் மிருதமெனப்படும். கிரியாவிசேஷத்தால் குளிகைவடிவமாகச் செய்யப்பட்ட இரசமும் தாரணாவிசேஷத்தால் புருவமத்தியில் தரிக்கப்பட்ட வாயுவும் பத்தமெனப்படும். (உஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸநவெஷ்டியெ_ஷ்டிரோவாயு- ஸுதாவிந-ஃ ஷ்டி
ரொஹவெத் । விந-விஷ்டியெ_ஷ்டாஸ்தோஷக்ஷ: விஜ்ஞா
விஷ்டியெ_ஷ்வஜாயதெ ॥ ॥உஅ॥

(இ-ள்) மனம் ஸ்திரப்பட்டால் வாயு (பிராணன் ஸ்திர) மாகும். அதனால் (வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையால்) விந்து (சுக்கிலம்) ஸ்திரமாகும். விந்து ஸ்திரமானால் பலமும், பிண்ட(தேகு)த்தின் ஸ்திரத்தன்மையும் உண்டாகின்றது. எ-று- (உஅ)

(அ-கை) இதுவுமது

ஊரியாணாம் ஷிநாநாயொ ஷிநாநாயஷ்-ஷர
ர-கஃ । ஷர-கலயுஷியொ நாயொ லயுயொ நாஷிர
ஸிகஃ ॥ ॥ உக ॥

(இ-ள்) சுரோத்திரமுதலிய இந்திரியங்களுக்கு மனம் (அந்தக்காரணம்) நாதன் (பிரகிருத்திப்பது) ஆம். மனதிற்குப் பிராணன் நாதனும். பிராணனுக்கு மநோலயம் நாதன். அம் மநோலயம் நாதத்தை ஆசரயித்திருக்கின்றது. (அதாவது மனம் நாதத்தில் ஒடுங்குகின்றது என்பது பொருள்.) எ-று.(உக)

(அ-கை) இதுவுமது.

லொகடீசிவாஹ்ன-சொக்ஷாவெ;ா ீசாஹ்ன-வாவிீ
தாம்தரொ।ீநஃப்ராணமுயெகஶ்ரீ ீசாநஃலம்ப்ரவ்தக்-
தெ ॥ ॥கூ0॥

(இ-ள்) அவ்விதுவே(சித்தலயமே)மோக்ஷமென்னும் ப
தத்திற்கு வாச்சியமாகுக. அந்தியமதத்தால் ஆகாதிருக்க; சித்த
லயம் சூழ்த்தியிலுமிருத்தலால். பிராணன் மனமென்னும் இர
ண்டும் இலயமாகுங்காலத்து அநிர்வாச்சியமாகிய ஆநந்தம் நன்
ருய்ப் பிரவர்த்திக்கின்றது. (அநிர்வாச்சிய ஆநந்தமுண்டாஞல்
ஜீவன்முக்திசுகம் உண்டாகவேசெய்யும். இதிற்சமுசயமில்லை
யென்பது கருத்து). எ-று- (கூ0)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஶ்ரீநஷ்வாஸநிஶ்வாஸஶ்ரமஹ்ரஸவிஷயத்வ ஹஃ। நிஶ்வ.
ஷ்டாநிவிகாரஶ்ச்சயொஜயத்தியொகி நாம ॥ ॥கூக॥

(இ-ள்) சுவாசநிசுவாசங்கள் நஷ்டமாகியதும், சப்தாதிவி
ஷயக்கிரகணம் நஷ்டமாகியதும், சேஷ்டை(உடற்செய்கை)கள்
நீங்கியதும், விகாரம்(அந்தக்காணச்செய்கை)களில்லாததுமாகிய
இலயம் (தியேயாகார அந்தக்காணவிருத்தி), யோகிகளுக்கு எல்
லாவற்றிலும் மேலானதாக விருக்கின்றது. எ-று.

வெளிவாயு உள்ளே பிரவேசித்தல், சுவாசம். உள்ளிருக்கு
ம் வாயுவை வெளியேவிடுதல், நிசுவாசம். (கூக)

(அ-கை) இதுவுமது.

உத்ஹூநவாவ்ருஹ்மகூல்ரொ நிஶ்ரீஷ்டாஶொ ஷவெஷ்டி
தஃ। வ்ராவஹ்மத்ரியுயஶ்ரீகொடவிஜாயதெதவாஹமொஷ
ஸஃ॥ ॥கூஉ॥

(இ-ள்) சகல சங்கற்ப (மனதின் பரிணாம)ங்களும் நஷ்
டமாகியதும், சகல செய்கைகளும் முற்றிலும் நீங்கியதும், க

ன்னால் அறியக்கூடியதும், வாக்கிற்கெட்டாததுமாகிய ஓர் மிக சூக்ஷணமாகிய இலயம் யோகிகளுக்கு உண்டாகின்றது. எ-று ()

(அ-கை) இதுவுமது.

யத்ர ஜ்ஞாநமுபஜ்யத்ர ஜ்ஞாதாநீ ।
லாஸக்திர்ஜீவஜ்ஜாதாநாம் தெஜஸ்துல்யேயமிஷ்யதே ॥

(இ-ள்) எதில் (எந்த விஷயமாகிய பிரமத்தில்) திருஷ்டி (அந்தக்காணவிருத்தி) யிருக்கின்றதோ, அதிலேயே இலயமுண்டாகின்றது. யோகிகளுக்குப் பூதங்களையும் இந்திரியங்களையும் சாசுவதமாகவுடையதும், சீவர்களின் சக்தியென்னும் வித்தையுமாகிய இவ்விரண்டும் யோகிகளுக்கு அலகூஷியமாகிய (குறிக்கப்படாத) பிரமத்தில் இலயமடைகின்றன. எ-று.

சத்காரியவாதத்தில் அவித்தையில் காரியசமூகங்களிருத்தலால், பூதங்களையும் இந்திரியங்களையும் சாசுவதமாகவுடையதென்றார்.

(நக)

(அ-கை) இதுவுமது.

யொயமஜ்ஞாநிவாதாநாம் ஸ்தூலாயமநுகாரணம் ।
ஸ ஏவாஜ்ஞாநிநாம் தாதா ஸ ஏவ ஜ்ஞாநிநாம் லயஸ்ரிவ ॥

(இ-ள்) இலயம் இலயமென்று அனேகர் கூறுகின்றனர். அவ்விலயத்தின் சொரூபம் எப்படிப்பட்டதெனின், அதனைக் கூறுகின்றார். மறுபடியும் வாசனை யெழும்பாமையால் சத்தமுதலிய விஷயங்களையாவது, தியேயாகார (தியானிக்கப்படு பொருள் வடிவமாகிய) விஷயங்களையாவது மறத்தல், இலயமாம். அதாவது இலயமென்னும் சப்தத்திற்குப் பொருளாம். எ-று.

(நச)

(அ-கை) இதுவுமது.

வெதஸாஸ்த்ரபுராணாநி ஸாகாநுமணிகாஇவ ।
வாவிகெவஸாமவீதாநாம் ஸர்வாகாயலயஸ்ரிவ ॥

(இ-ள்) நான்கு வேதங்களும் ஆறு சாஸ்திரங்களும் பதினெண்புராணங்களும் (அனேகம் புருஷர்களால் அறியத்தக்கனவாயிருத்தலால்) சாமானிய கணிகை (வேசி)யைப் போன்றனவாம். சாம்பவிமுத்திரை யொன்றே (புருஷவிசேஷத்தை யறியத்தக்கதாயிருத்தலால்) குலஸ்திரீயைப்போல் இரகசியமானதாம். எ-ம. (கூடு)

(அ-கை) சித்தலயத்தின்பொருட்டுப் பிராணலயத்தின் சாதனவடிவமாகிய முத்திரைகளைச் சொல்லக்கருதி, அவற்றுள் சாம்பவி முத்திரையைக் கூறுகின்றார்.

சுஅதயுகூஸ்ரஅவைஹஷ்ரஷ்ரஸ்ரீஷ்ரு ஙிஙவைஷாஙி நஷவை
ஜீஷ்ரு தா | வனஷாவஸாஸாஅஹவீஙஷ்ரு உரா வெஷஸாஙெஷவஷ்ரு
ஙொவிதா ॥ ॥கூசு॥

(இ-ள்) உள்ளே (ஆதாரமுதல் பிரமரந்திரம்வரையிலுள்ள சக்கரங்களுள் தன்னுற் கொள்ளப்பட்ட சக்கரத்தில்) இலகுகிய மு(அந்தக்கரணவிருத்தியு)ம், வெளியில் (தேகத்திற்கு வெளிப்பிரதேசத்தில்) மூடுதலும் திறத்தலுமில்லாத திருஷ்டி (கண்பார்வை)யுமாக விருத்தல் எதுவோ, அப்படிப்பட்ட இது (சிவப்பிரியை அல்லது சிவாவிர்ப்பாவத்தையுண்டாக்குவதென்னும்) சாம்பவிமுத்திரையாம். இது இருக்குமுதலிய வேதங்களிலும் சாங்கியபாதஞ்சலமுதலிய சாஸ்திரங்களிலும் பாதுகாக்கப்பட்டுள்ளதாம். எ-று

சித்தம் தியேயாகார(தியானிக்கப்படும் பொருள்வடிவ)மாகப் பிரவேசிக்குங்கால் மூடுதலும் திறத்தலுமின்றிய திருஷ்டியுண்டாகின்றது. (கூசு)

(அ-கை) சாம்பவிமுத்திரையை யநுவதித்துக் காட்டுகின்றார்.

சுஅதயுகூஸ்ரவிஷ் நஷி கூவவெநாயொஷீயஷாவதஷ்ரு

ஸ்ரீ உபாலிஸ்ரீ ஞானாலங்காரயாவையிரையஃவஸ்ரீ ஞவஸ்ரீ
ஞவி ! உலெஉயவெஷ ஸாமஹவீஹவதிஹாஷ்ஷாவை
வொஉஷ்ரிவராஃ ஸ்ஷஞராஸ்ஷஞராவிஷக்ஷணாஹ்வரதி
ஸ்ரீ ஸ்ரீ ஸ்ரீ

திறந்தலுமின்றிய பார்வையாயிருந்தலாகிய இது சாம்பவிமுத்திரையாம். இது தந்திரங்களையுணர்ந்த கிரீசனுகிய பரமேசுவரனல் தந்திரங்களில் பாதுகாக்கப்பட்டிருக்கின்றது. யோகியருக்கு மலையத்தைச் செய்வதும் மோகூந்தைத்தருவதும் தாபமுமாகிய இது தத்துவவிருப்புடையோர்களின் பொருட்டாம். ஊர்த்துவவேதம்(மேல் ஊடருவிச் செல்லுதல்) ஊர்த்துவ(மேல்)திருஷ்டியும், கிழ்நாடிகள் அதோதிருஷ்டியுமாம். இராதாயந்திரவிதானத்தால் பூமியில் ஜீவன்முக்தனுன்றன்' என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கூஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸ்ரீ.ரா.ஹவ்வா ஸ்ரவெவபூ சுவஹ்யாகிலஹ தஃ ।
ஹவெவ்தீகுயா நஹ்ஃஸமிநுவிஷ்கூலாஸவிணி ॥கூஅ

(இ-ள்) ஸ்ரீ சாம்பவிமுத்திரை கேசரிமுத்திரை என்னுமிண்டினது அவஸ்தைஸ்தானங்களின் பேதத்தால் ஞானியமாகிய (தேசகாலவஸ்து பரிச்சேதமில்லாத அல்லது சுஜாதிய விஜாதிய சுவகதபேதமில்லாத)சிதாகாசதைலரூப ஆத்துமாவில் சித்தலயமாகிய ஆகாசம் உண்டாகின்றது. எ-று.

சாம்பவிக்கு வெளிதிருஷ்டியால் வெளியவஸ்தை(நிலைமை)யும் கேசரிக்கு புருவகடப்பார்வையால் உள்ளவஸ்தையுமாம். சாம்பவிக்கு இருதயபாவனையும் கேசரிக்குப் புருவகடிவைமேல்தானங்கள். ஸ்ரீசாம்பவிக்கும் கேசரிக்கும் அவஸ்தைஸ்தானமென்னும் சாதனைம்சத்தில் பேதமுண்டு. சித்தலயாகாசமாகிய பரமாகாசத்தில் பேதமில்லை யென்பது தாற்பரியம். (கூஅ)

(அ-கை) உன்மனிமுத்திரையைக் கூறுகின்றார்.

தாவரெஜ்யாகிவதிஷம்வெபாஜ்ய கிம்வித்ருந்ரவெபஜ்ய
வள । டெவ்ருவியாஹம் உவிநாயம்ஜ்ருந்ரு நீகாரகஸ்ஃகு
ணாஸ் ॥ ॥கூஉ॥

(இ-ள்) கண்ணின்மணிகளை ஜோதியில் (இரண்டுகண்மணிகளையும் நாசிநுனியிற் சேர்த்தலாற் பிரகாசிக்கும் தேஜசில்) சேர்த்துப் புருவங்களைக் கொஞ்சம் மேலே உயர்த்தவேண்டும். முன் (முற்கூறிய அந்தர்லக்ஷியம் பஹிர்திருஷ்டியென்னும் வடிவினதாகிய) யோகத்தை(யுக்தியை)யுடையமன(அந்தக்கரணத்)தை யோகத்திற் பொருத்துவாயின் யோகி சகஸ்ரத்தில்(முகூர்த்தத்தில்) உன்மனியவஸ்தையையுடையவனாகின்றான். என-று.

(அ-ஸ) உன்மனியைவிட கடத்தற்குபாயம் வேறில்லையெனக் கூறுகின்றார்.

கெவிஜா மதிஜா லெ நு கெவி நி மதிலாக ஃவெஃ |
கெவி து கெ ணாசி ஃஹ்ரொ தி லெ நவஜா நனி காரகா ॥

(இ-ள்) சாஸ்திரதந்திரமுதலியவற்றை யுணர்ந்த சிலர் ஆகம(சாஸ்திரதந்திரா)ஜாலங்களாலும், சிலவைதிகர் நிகமசங்குலங்களா(வேதத்திற் கூறிய பலத்தின் மிகுதிப்பாட்டினை)லும், சிலவைசேஷிகர்முதலியோர் தர்க்க(சுவகற்பித யுக்திவிசேஷ)த்தாலும் மோகிக்கின்றார்கள்; தாரகத்தை(கடத்தற்குபாயமாகிய உன்மனியவஸ்தையை) அறிகிறதில்லை யென்பது பொருள். என-று

"க ஊஹ்ரொ கிலை ஃபி சா லொ ஹ்ரொ கு யு ஃரொ வ ஸு ஜு கு ரா ஸ்ரொ ॥ இவற்றால் அர்த்தங்கள் புத்தியில் ஏறுகின்றமையால் ஆகமங்களாம்" ஜாலத்தை(வலையை)ப்போல பந்தனத்திற் கேதுவாகுமவற்றிற்கூறிய பலன்களை ஜாலங்களென்றார். (சா)

(அ-ஸ) இதுமதம்.

கலெ ஃரொ ஸ்ரீ கலொ வ நஃ வ்ரீ ஸி நா நா வ்ரா ஸ்ர ஃவெ கு
கு ண ஸ்ரொ ஃ ரு கு ரா வ வெ ஸ்ரீ நு கா ஸி ஃவெ நய ஸ்ரீ வ்ரொ ஃ ஸ்ரா வெ
நய ஃ | ஜொ ரா கீ ஸ்ர கு வெ ஃ ஸி ஸ்ரா வெ ஸை ஜு ஸி வெ ஸ்ரீ ஃவெ ஸ்ரீ
ஸ்ரொ வெ ஸ்ரா ஃ கு ஃ கு கு ஃ ஸி கீ வ வெ ஃவெ ஸ்ரீ ஃ வா ஃ ஸ்ரொ கீ ஸி கு ரா
யி கா ஃ ॥ ॥ச கு॥

(இ-ள்) பாதிதிறந்த கண்சீயுடையவனும், ஸ்திர (நிச்ச
ல) மனதுடையவனும், காசாக்கிரத்தில் (நாசிதுனி பாகத்தில அ
ல்லது பன்னிரண்டங்குல அளவில்) வைக்கபபட்ட பார்வை யு
டையவனும், நிஸ்பந்தத்வன்மையால் (காயேந்திரியமன தகளின்
நிச்சலத்தன்மையால்) சந்திரசூரியர்களையும் இலயமாக்குவி (கா
யேந்திரியமன தகளின் நிச்சலத்தன்மையால் பிராணசஞ்சாரத்
தையும் ஸ்தம்பிவி) க்கிறவன் எவனே, அவன் (எல்லாவற்றையு
ம் பிரகாசிப்பிக்கும்) ஜோதிவடிவமும், (ஆகாயமுதலியவற்றின்
உற்பத்திவாயிலாக) சர்வகாரணமும், பூரணமும், சுவப்பிரகாசமு
ம், பர (காயேந்திரியமன தகளுக்கு சாக்ஷியாகிய) தத்துவமும் (ஆ
தோபமில்லாதது-வாஸ்தவிகமும) மான அந்த (இதன்று சொல்லத்
கூடாத) பதமாகிய பரம (சர்வோத்கிருஷ்ட) வஸ்துவை (ஆத்ம
சொரூபத்தை) அடைகிறான். (யோகி உன்மனியவஸ்தையில் சு
வசொரூபத்தில் நிலைத்தவனாகின்றனென்பது பொருள்.) இதில்
அதிகமாகச் சொல்லவேண்டியதென்ன? (வேறுவஸ்துவை யடை
கிறனென்று இதில் என்னசொல்லவேண்டியிருக்கிறது என்ப
து பொருள்). எ-று.

பன்னிரண்டங்குல அளவில் என்பது வசிஷ்டரும்
“ * ஜாதரூபமநுவ்ரஜ்யதத்காலாதீதவிதிமுத்தமை: |
லலாடோர்த்வபரிஸ்பந்தாத்தாரயேத்ப்ராணலக்ஷணம் ||
தத ॥ பன்னிரண்டங்குல அளவுள்ள காசிதுனிபாகிய விமலா
ம்பரத்தில் (பரிசுத்த ஆகாயத்தில்) சம்வித்து (ஞானம்) பார்வை

---

* இவ்வாக்கியத்தைச் சாண்டில்யோபநிஷத்திலும் காணலாம். இ
வ்வாக்கியத்திற் கூறியபடி,

“நாசிக்கமீதாமுகம்பன்னிரண்டங்குல
நீசித்தம்வைத்து நினையவும்வல்லமேயம்
மாசித்திமாயோகம்வந்துகூடுவிடுப்பதுந்
தேசத்திற்கென்றுஞ்சினைவில்லையாகுமே.”

என்னுந்திருமந்திரத்திலுங் காண்க.

யெனுமிண்டும் ஓநிங்குவதால் பிராணனது ஆசைவு நிரோதிக்கப்படுகின்றது'' என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சக)

(அ-கை) உன்மனீபாவனையின் காலநியமத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஶிவாநவஜூடெழ்ஹ ஸாதுளவெவநவஜூயெ
ஈ । ஸவுஜூவஜூயெழ்ஹஶிவாஸாதி நிரோயதஃ ॥

(இ-ள்) டகலில் (சூரியசஞ்சாரத்தில்) இலிங்கத்தை (சர்வகாரணமாகிய ஆத்துமாவை)ப் பூஜி(பாவி)க்கலாகாது. இராத்திரியி (சந்திரசஞ்சாரத்தி) லும் பூஜிக்கலாகாது. (''வாயுசலித்தால் சித்தஞ்சலிக்கு'' மென்று சொல்லப்பட்டிருத்தலால் சந்திரசூரியசஞ்சாரத்தில் சித்தஸ்திரத்தன்மை யில்லாமையால்) பகலிரவென்னும் சூரிய சந்திரர்களை நிரோதித்து, எப்போதும் இலிங்கமென்னும் ஆத்துமாவைப் பூஜிக்கவேண்டும். எ-று.

ஆத்துமா சர்வகாரணமென்பதற்கு ''வஜ்ரகஸ்ஸாஒதஜகூ காஸஸ்ஸஹஸ்ரகஃ ॥ இந்த ஆத்துமாவினின்றும் ஆகாசமுண்டாயிற்று'' என்னும் கைத்திரிய சுருதி பிரமாணமாம். தியானமே ஆத்துமபூஜையாம். அது வாசிஷ்டத்தில் ''யஸ்ஸெநாவெஹாரவனவாதாயஸ்ஸநிஷஸ்யதிஹாவஸ்ஸந । விநாவிதெநதவரணாயசாதாஹஸ்ஸதவனவதிநா ॥ தியானைவேத்தியமே ஆத்துமா; தியானம் இதன் மகார்ச்சனம். அது (தியானம்) ஒழிந்த மற்றெந்நூல் இவ்வாத்துமா அடையப்படமாட்டாது.'' என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சூரியனும் சந்திரனும் நிரோதமாகுங்கால் சுழுமுனைக்குள் பிராணனடங்குகின்றது. அப்போது மனம் ஸ்திரத்தன்மையடைதலால் அப்போது பாவிக்கவேண்டும். அது (சுழுமுனையிற் பிராணனடங்கின் மனம் ஸ்திரத்தன்மை யடையுமென்பது) ''ஸவஸ்ஸுஷும்நாயாஸ்தமநுஸ்ரிதவாயவஸ்தஸ்ய விஸ்ரம்பஜாயதெ ॥ சுழுமுனைமத்தியில் வாயு பிரவேசித்

தலால் மனதிற்கு ஸ்திரத்தன்மை யுண்டாகின்றது" என்பதி
னுற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சூ௨)

(அ-கை) கேசரியைக் கூறுகின்றார்.

ஸவ்ய²கூஷ்ணை நாடிவ்யோ³ர்யொர்வாயுர்தி³ஶா-கஃ । தி
ஷ்ணதவெவரீ³-உ²ர்த்வஸ்தி²ஸ்யோ நாஸாபுடே॥சூ௬॥

(இ-ள்) இடதுவலது நாடிகளிலுள்ளவாயு எந்த மத்திய
ப்பிரதேசத்தில் செல்லுகின்றதோ, அந்தப் பிரதேசத்தில் கே
சரிமூத்திரை ஸ்திரமுடையதாகின்றது. இதிற் சமுசயமில்
லை. என்று. (சூ௬)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஜா²வாமத்⁴யபோ³ர்யுஶ்ம²ந்யுவெவாநிலஃ ஸ்ப²
வெஸ் । திஷ்ணதவெவரீ³-உ²ர்த்வதஸ்யுவ-கஃ
வ-நஃ॥ ॥ சூசு ॥

(இ-ள்) இடைபிங்கலைகளின் மத்தியிலிருக்கும் சூனியம்
(ஆகாயம்)வாயுவை விழுங்குகின்றது. அதில் (சூனியத்தில்)
கேசரிமூத்திரைஸ்திரமாகின்றது. மறுபடியும் மறுபடியும் சு
த்தியம் என்பது அந்நுவயம். என்று.

சூனியத்தில் பிராணன் ஸ்திரமாகுதலே வாயுவை விழுங்கு
தலெனப்படும். (சூசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸஶ்யோ²ர்உ²ர்த்வஸ்தி²வெர்யோ³ர்யொ நிராலம்பொ-கஸ
வ-நஃ । ஸம்ஜ்ஞி-காவெவ்யோ³மவெகூ-யாவாகா³-உ²ர்நா³
வெவரீ॥ ॥ சூருஃ ॥

(இ-ள்) சூரியசந்திரர்களென்னும் இடைபிங்கலைகளின் ம
த்தியில் நிராலம்பமாகிய உள்ளவகாசத்திலிருக்கும் ஆகாயக்

னின் சமுதாயத்தில் செவ்வையாய்ப் பொருந்தியிருப்பது எதுவோ, அம்முத்திரை கேசரி யென்னப்படும்.

புருவமத்தியில் சகல ஆகாயங்களுக்கும் சம்பந்தமிருத்தலால் ஆகாயங்களின் சமுதாயமென்றார். அது "வொவஹொதஃ ஸஃஹ்ரஸ்வித ॥ ஐக்தராடிகள் சம்பந்தித்துள்ளதில்" என்பதிற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சரு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வொரிரஃபுதெராஃபி தாயாரா ஸாகூரா தாரபிவவலு ஹா | வஹரயெஃதகூ-ஹ்ரா0ஃபிவுரா0 ஸகூ-ஷ்டகூ-ஹ்ரா0வெஸ்ரபிஃ ஃகூ-வெ ॥ ॥சசு॥

(இ-ள்) எந்தக்கேசரியில் சந்திரனினின்றும் அமிர்தாயையுண்டாகின்றதோ, அந்தக்கேசரி சாட்சாத் சிவப்பிரியையா (சிவத்திற்குப் பிரியமுள்ளதா)ம். இணையற்றதும் திவ்விய (சகலராடிகளிலும் உத்தம)மானதுமாகிய சுழுமுனையைப்பச்சிமமுகத்தில் நாவிறூற்பூரிக்கவேண்டும. எ-று.

நாவிறூவென்பது வருவிக்கப்பட்டது. (சசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வொஸ்ஹாவெஹ்வவஹபெஃக நிஸ்ரிதாவெஹஸ்ரீஹ வெகஃ | சஹஃஹ்ரஸ்வாவெஹஸ்ரீ3-ஹ்ரா வஃ-ந்ரநீஹஃபுஜாய வெக ॥ ॥சஎ॥

(இ-ள்) முன்னமே சுழுமுனையைப் பிராணற்பூரிக்கவேண்டும். அப்போது நிச்சயிக்கப்பட்ட (சந்தேகமில்லாத) கேசரியென்னுமுத்திரையுண்டாகின்றது. (முன்னமே பிராணனல் பூரிக்காமல் நாக்குமாத்திரத்தால் பச்சிமமாகப் பூரிக்கின், அப்போது மூடாவஸ்தையையுண்டாக்கும் கேசரியுண்டாம். (நிச்சயிக்கப்பட்ட கேசரியுண்டாகாதென்பது கருத்து.) கேசரிமுத்

தையும் அப்பியசிக்கப்படின் உன்மனியுண்டாகின்றது(சித்தத் திற்குத் தியேயாகார ஆவேசத்தால் துரியாவஸ்தையுண்டாகின் றது. எ-று.

சுழுமுனையைப் பிராணனென்பது வருவிக்கப்பட்டது.

(அ-கை) இதுவுமது.

•ஹ்ரீவொஃயெ)ஶிவஸ்தா நம் ஃநஸ்தத்விம்பதெ |
ஜ்ரூதவ்)ம்தத்தூம்தம்-யஃம் தத்ரகாலொ நவித்யதெ ॥

(இ-ள்) புருவமத்தி சிவமென்னும்(சுகவடிவமாகிய) பிரத் தியகபின்னபரமாத்துமாவின் ஸ்தானமாம். அதில்(சிவத்தில்)ம னம் ஒடுங்குகின்றது. (சிவாகாரவிருத்திப் பிரவாகமாகின்றது) அந்தச் சித்தலயவடிவமாகிய துரிய(ஜாக்கிரசொப்பன சுழுத்தி களுக்கந்நியமாகிய நான்காவது)பதம் அறியவேண்டியதாம். அ ந்தப்பதத்தில் காலன்(மிருத்தியு)இல்லை. அல்லது சூரியசந்தி ர்களின் நிரோதத்தால் ஆயுளைக்குறைக்கும் காலம்(சமயம்)இல் லை யென்பது பொருள். எ-று.

அது" சுழுமுனைகாலனைவிழுங்குவதாம்" என்பதனால் மு ன்சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஈஹ்ரீவொஃதவரீம்தாவஃரவஸ்ரீரொமநிஃ தஃ|
லம்ப்ரூதெயொமநிஃ லயுகாலொ நாஸ்திகஃரவ நஃ॥சஈ॥

(இ-ள்) யோகநித்திரையுடையவனுக்குப்வரையில் கேசரி முத்திரையை அப்பியசிக்கவேண்டும். யோகநித்திரையை ய டைந்தவனுக்கு ஒருக்காலும் காலன்(மரணம்)இல்லை. எ-று.

சர்வவிருத்திநிரோதம், யோகநித்திரை. (சஈ)

(அ-கை) இதுவுமது.

நிராலம்பொஃ நஃக்ரூகுரா நகிம்விஃவிஃ தயெஈ |
லவ்ரூஹ்யாஹ்யம்தரொவெயாஜ்ஜிவடவத்திஷ்டதியு-வம் ॥

உஉசு றைடோகப்பிரதீபிகை.

(இ-ள்) எவன் மனதை நிராலம்ப(ஆலம்பகூனிய)மாக்கி, ஒன்றையும் நிக்கியாதிருக்கின்றானே (கேசரிமுத்திரையினாலும் பிரமாகாரவிருத்தியையும் பாவமாக்கியத்தால் விடுகின்றானே), அவன் உள்ளும்வெளியுமிருக்கும் ஆகாயத்தில் கடத்தைப்போல நிற்கிறான். இது நிச்சயம். எ-று.

எப்படி ஆகாயத்திலிருக்கும் கடம் உள்ளும்வெளியும் ஆகாயத்தால் நிறைந்தாகின்றதோ, அதுபோல கேசரியில் ஆலம்பனத்தை(பற்றுக்கோட்டை) விடுதலால் யோகி பிரமத்தால் நிறைந்தவனாகின்றான் என்பது பொருள். (ரo)

(அ-னை) இதுவுமது.

வாலுவாயு-பூயாஜீ நூ ஸையாகியு நலாமயு|
வூஸ்வாதி தவ்யு காதிவவ நாதி நவாவஹ ॥நக॥

(இ-ள்) தேகத்திற்கு வெளியிலுள்ள வாயு(தனக்குஉட்பிரவிருத்தியின்மையால்)கேசரியில் எப்படி இலயமாகின்றதோ, அப்படியே தேகமத்தியிலிருக்கும்வாயு(தனக்கு வெளிப்பிரவிருத்தியின்மையால்)இலயமாகின்றது. இதிற்சமுசயமில்லை. பிராணன் தனது ஸ்தானத்தில்(ஸ்திரத்தன்மைக்குதவிடானமாகிய பிரமரந்திரத்தில்) சித்தத்தோடு ஸ்திரத்தன்மையை யடைகின்றது. எ-று. (நக)

(அ-னை) இதுவுமது.

வனவஜூவுஸோநஸவு வாயுசோவெழுவாநிஸம் |சு
ஹ்வாஸாஜ்ஜீயுவெதவாயு சுநஸ்ஸவெதவுயெத ॥

(இ-ள்) இப்படி வாயு மார்க்கத்தில்(சுழுமுனையில்)பகலுமிரவும் அப்பியாசிக்கின்றவனுக்கு அப்பியாசத்தால் எந்த ஆகாசத்தில் பிராணன் இலயமாகின்றதோ, அதிற்றானே(வாயுவின் இலயாதிஷ்டானத்திலேயே)மனம் இலயமாகின்றது. எ-று(நஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

கூடீவெதஃவாவயெடீஹாசாவாடீகயுடீஸ்லகூம ।
ஸ்யுடீகயுஃடீஹாகாயொ டீஹாவெஷுவாஸாகூடீஃ ॥ ருகூ ॥

(இ-ள்) இரந்ரா(துவார)த்தினின்று வெளிப்படும் அமிர்தத்தால் பாதமுதல் சிரசுபரியந்தமாகிய தேகத்தை மூழ்குவிக்கிறான். மகா(மிகமேலான)காயமுடையவனும் மகாபலபராக்கிரமமுடையவனுமாகிய யோகி அமிர்தத்தால் முழுகுதலால் சித்தனாகின்றான். என-று. (ருகூ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸுக்தியெயுடீஃகூயகுவா ஸுக்ஷ்மாநஸியெயுமாம ।
டீநவாடீநகூஷெஷாகுயுயாஸயெதுஸாடீம்வடீம ॥ ॥ ருஸ ॥

(இ-ள்) சக்தி(குண்டலி)யின் மத்தியில் மனதைச் செய்து (மனதை அதின்வடிவாக்கி) சக்தியை மனதின் மத்தியிலுள்ளதாக்கி(சத்தியின் தியான ஆவேசத்தால் சக்தியை மனதில் ஒருமைப்படுத்தி, அதனால் குண்டலியை விழிப்பித்து)மனதால் மனதைப்பார்த்து(புத்தியை மனதாற் பார்த்தலால் ஸ்திரப்படுத்தி),பரமபதத்தை(சர்வோத்கிருஷ்டசொரூபத்தை)த் தரிசிக்க(தாமதனைக்கு விஷயமாக்க)வேண்டும். என-று. (ருசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வடீயெயுகூரூவாதூாந சாதுடீயெயுவவொகூரூ ।
ஸவஃழொவவடீயொகூயகுவா நகிம விஷவிஜீதயெக ॥ ருரு ॥

(இ-ள்) (ஆகாயத்தைப்போல் பூர்ணமாயிருக்கும் பிரமமாகிய)ஆகாயத்தின் மத்தியில் ஆத்துமாவை(சுவசொரூபத்தை)ப்பாவி. அதாவது பிரமம் நானென்று பாவி. ஆத்துமாவில்(சொரூபத்தில்) ஆகாயத்தை(பூரணப்பிரமத்தை) பாவி. அதாவது நான் பிரமமென்று பாவி. எல்லாவற்றையும் ஆகாயமாகச் செய்து(பிரம

மயமாகப் பாவித்து)ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது. (நான் பிரமமென்னும் தியானத்தையும் விடவேண்டும் என்பது பொருள்.) எ-று. (நஙு)

(அ-கை) இப்படிச்சமாகிதனு (சமாதியடைந்தவனு)க்குச் சொரூபத்தில் நிலைத்தலைக் கூறுகின்றார்.

கூ0 தஸ்ரூமெநூாவெஹிஸ்ரூம நூ:ஸ ரூம நூ:கூ0ஹஇவா0
வெரை । கூ0 தி:வெமணைூாவெஹி:வெமணை:ஸ வெமணைூ
கூ0ஹஇவாணைூவெ ॥ ॥ நிசு ॥

(இ-ள்) உள்ளே (அந்தக்காணத்தில்) சூனியமாம். [பிரமத்திற்கந்நியமாகிய விருத்தியில்லாமையால் துவிதீய(இரண்டாவது)சூனியமாம்]. அந்தக்காணத்திற்கு வெளியிலும்[துவிதீய(இரண்டாவதின்)தரிசனமில்லாமையால்] சூனியமாம். ஆகாயத்திலிருக்கும் கும்பம் உள்ளும்வெளியும் சூனியமாயிருத்தல்போல் சூனியமாம். (பிரமாகாரவிருத்தியிருத்தலால் அல்லது அது பிரமத்திற்கு வாசமாயிருத்தலால்) உள்ளே (அந்தக்காணத்தில் அல்லது இதயாகாசத்தில்)பூரணமாம். (சத்தையிலுல் பிரமத்திற்கந்நியமாகிய விருத்தியின்மையால் அல்லது பிரமம் பூரணமாயிருத்தலால்)வெளியில்(அந்தக்காணத்திற்கு வெளியில் அல்லது இருதயாவகாசத்திற்கு வெளியில்)பூரணமாம். சமுத்திரத்திலிருக்கும் கடம்போல் பூரணமாம். (சமுத்திரத்திலிருக்கும் கடம் முற்றிலும் சலத்தால் நிறைந்திருத்தல்போல் சமாதிநிஷ்டனாகிய யோகி பிரமத்தால் பூரணனாகின்றன் என்பது பொருள்.) எ-று. (நசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வொஹ:ஸவி0தாநகதூவா தவெவா0தாஸவிஞ
கூ0। ஸவதூவி0தா0வெரிதஜ:நகி0விஉவிஹெயெசு ॥

(இ-ள்) சமாதியடைந்தயோகியால் பாகிய(புறச்)சிந்தை செய்யத்தக்கதன்று. அப்படியே ஆந்தரசிந்தனமும் (பாகியசி

ந்தனம்போல் மனதிறைற் கற்பிக்கப்பட்ட உயர்ந்த இன்பகரமான மாளிகை, வீதிமுதலியவற்றின் சிந்தனமும்) செய்யத்தக்கதன்று.(பாகியாந்தரமாகிய) சருவசிந்தனத்தையும் விட்டு, ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது. என்று.

ஒன்றையும் சிந்திக்கலாகாது என்றமைபால் பாவைவாக்கியத்தால் ஆத்துமாகாரா விருத்தியையும் விடவேண்டும். அதை விட்டால் சொரூபத்தில் நிலைத்தலாகிய ஜீவன்முக்தியுண்டாகுமென்பது கருத்து. (நுஎ)

(ஆ-கை) பாகியாந்தாசிந்தனையை விடுதலால் சாந்தியுண்டாகின்றதென்பதில் வசிஷ்டாது வாக்கியத்தைப் பிரமாணமாகக்கூறுகின்றார்.

ஸ்ரீகுரு உவாச ॥ நவஜ்ஞாதஸ்ய ஸ்ரீகுரு உவாச ॥ நவதி நாவியாஸ்ரீ । ஸ்ரீகுரு உவாச ॥ ஸ்ரீஜ்ஞி விகுரு உவாச ॥ நிஷ்பவோவை ஸ்ரீராமோஹம் ॥ (இ-அ)

(இ-ள்) மானசிகவியாபாரமாகிய சங்கற்பமாத்திரத்தின் சிருஷ்டியே தோன்றுகின்ற இவ்வெல்லா ஜகத்துமாம். (பாகியப்பிரபஞ்சம் மனோமாத்திர கற்பிதமென்பது பொருள்.) மனதின் விலாசம் (உயர்ந்த இன்பகரமான மாளிகை, வீதிமுதலிய நானாவிஷயாகார கற்பனை) சங்கற்பமாத்திர சிருஷ்டியே. (மானசப்பிரபஞ்சமும் சங்கற்பமாத்திர சிருஷ்டியேயாமென்பது பொருள்.) சங்கற்பமாத்திர (பாகியாந்தாப்பிரபஞ்ச)த்தில் உள்ள மதி(சத்தியத்தன்மையாகிய புத்தி)யை விடுக. அப்போது செய்யவேண்டிய தியாதெனின்? (ஆத்துமாவினிடத்துள்ள கர்த்திருத்துவ போக்திருத்துவசுகித்துவங்களும், சஜாதியவிஜாதிய சுவகதபேதமும், தேசகால வஸ்துபரிச்சேதமுமாகிய கற்பனையென்னும் விசிஷ்டகற்பனையாகிய விகற்பமின்றிய) நிருவிகற்ப ஆத்துமாவை ஆசிரயித்து (காரண முதலியவற்றிற்கு விஷயமாக்கி), இராமா! நிச்சயமாகிய (சந்தேகமின்றிய) சாந்தி (பரமஉபரதி)யை அடைவாய். என்று.

சாந்தியால் சுகத்தையும் அடைவாயென்பது கருத்து. அது "நவாஹாவய தஃஸாஂதிஸஸாஹவ்ருகஂ தஷ்ஸஂவம ॥ ஆத்துமாவைப் பாவி(தியானி)க்காதவனுக்குச் சாந்தியேது? சாந்தியில்லாதவனுக்குச் சுகமேது?" என்று பகவானால் விதிரேகமாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(அ-கை) இதுவுமது.

கவஃமஸி நயெயஇவி தஂயவஂஷஷி யெயயா । தயாஷஂயீயஸா நஂவஸி நஷ்ஸி தஷ்வியவி தஃ ॥ ॥ ருகூ ॥

(இ-ள்) எப்படி அக்கினியிற் பொருந்தப்பட்ட கர்ப்பூரம் விசேஷமாய் இலய(அக்கினிவடிவ)மாகின்றதோ, எப்படி ஜலத்திற் சேர்க்கப்படும் உப்பு தன் வடிவத்தைவிட்டு ஜலவடிவமாகின்றதோ, அதுபோல ஆத்துமாவாகிய தத்துவத்தில் சேர்க்கப்படும் மனம் ஆத்துமாகாரமாகின்றது. என்று. (ருகூ)

(அ-கை) மனம் இலயமாதல் தவைதமும் இலயமாதுமென்று மூன்று சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

ஜ்ஞேயஂஷவ்ருஂவை தீகஂஷ ஜ்ஞாநஂவஸி நஇவ்ருவி தஃ ।
ஜ்ஞாநஂஜ்ஞேயஂஷஸி மஷ்டஂ நாந்ருஃவையாஷி தீயகூஃ ॥

(இ-ள்) ஜ்ஞேயம் ஜ்ஞாதம் ஜ்ஞானமென்று மிவையாவும் (மனதின் கற்பனைமாத்திரமாயிருத்தலால்) மனமென்று சொல்லப்படுகின்றன. ஜ்ஞானமும் ஜ்ஞேயமும் சமமாக மனோநாசு இலயமாதுமாயின் இரண்டாவது வழி(மோக்ஷவிஷயம்) வேறு இல்லை. (தவைதமில்லை யென்பது பலிதார்த்தம்.) என்று. (சு0)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஐவநாஜ்ஞாநிஷஂவவ்ருஂயத்நிஂவி தவயாவயஂ । ஐநவொவவ்ருஂ-ஂந நீஹாவாஜ்ஞீ ஜெதகஂவெநவொவ்ருவி தஃ ॥

॥சுக॥

(இ-ள்) தோற்றுகின்ற இந்த யாதொரு சராசரமாகிய ஜகத்துமுழுவதும் மனோநிரியமாம். (மனதால் தோற்றப்படுவதாம். அதாவது மனதின் சங்கற்பமாத்திரத்தாலாமென்பது பொருள்). மனதின் உன்மனீபாவத்தால் (விலயத்தால்) துவைதம்(பேதம்) தோற்றுகிறதில்லை. (துவைதப்பிரமை தோற்றுதற் கேதுவாகிய மனதின் சங்கற்பமில்லாமையால்.) எ-று.

மனதின் சங்கற்பம் இருந்தால் தோற்றுகின்றது; இல்லாவிட்டால் தோற்றுகிறதில்லை. ஆகையால் சகலஜகத்தும் பிரமமே (பிரம்மமே); பிரம்மத்தோற்றமுள்ள சரீரமுடையதாயிருத்தலால் பிரம்மத்துக்கு அதிஷ்டானமாகிய பிரமம்(ஆத்மா) சத்தியமென்று அங்கீகரித்திருத்தலால் பௌத்தமதப் பிரசங்கமில்லை. (சுக)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஜ்ஞேயவஸ்துவைவிதோமாயிரூபயாதிராதயா ।
நஹ்யாவிரூபயேஜ்ஞாதேதஸ்மிந்வஸ்துவிவர்ஜிதே ॥சுஉ॥

(இ-ள்) ஜ்ஞேயவஸ்துவை (ஞானத்திற்கு விஷயமாகும் நாமரூபாத்துமகமாகிய சகலசராசரத்தையும்) விடுதலால் மனது சச்சிதானந்த வடிவமாகிய ஆத்துமாகாரமாகின்றது. மனது இலயமாகுங்கால் கைவல்லியம் மிஞ்சுகின்றது. (அத்துவிதிய ஆத்துமசொரூபம் மிஞ்சுகின்றது என்பது பொருள்.)(சுஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஸ்துநாநாவியோவாயாஃ ஸ்ருஷ்டிர்நாநேஹவாந்விதாஃ ।
ஸ்ருஷ்டயோவிரமந்த்யேதாஃவஸ்துமாத்ரவிமோக்ஷிணாஃ ॥சுக॥

(இ-ள்) இப்படி (அந்தர்லட்சியம் பஹிர்திருஷ்டி என்னுமிவைமுதலிய மூற்கூறிய பிரகாரத்தால்) மகாத்துமாக்களாகிய (சமாதிபரிசீலனத்தால் சுத்தமான ஆத்துமாவையும், அந்தக்க

ரணத்தையுமுடையவர்களாகிய) மச்சேந்திரர்முதலிய பூர்வாசாரியர்களால் நாநாவித உபாய(சாதன)ங்களையுடையனவும், செவ்வையான (சமுசயவிபரீதமின்றிய) சுவா (ஆத்துமா)நுபவத்தோடு கூடியனவுமாகிய (சித்தவிருத்தி நிரோதமென்னும்) மாதியையடையும் மார்க்கங்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. எ-று. (கூகூ)

(அ-கை) சமூலாதார முதலியவற்றுல் கிரகிருத்தியாகியவர், அவற்றை வணங்குகிறார்.

ஸுஷுடூராவியகுண்டலிநிபுஜங்காயாவியபவபு
ஜந்துநே | ஸகலாந்துவிகுண்டலிமுகுடோபவிதேஜு
விஜாதுநே ॥ ॥ கூச ॥

(இ-ள்) சமூலமூனையும், ஆதாரசக்தியாகிய குண்டலியும், புருவநடுவிலுள்ள சந்திரனின்றுண்டாகும் அமிர்தமும், தூரியாவஸ்தையாகிய மதேனன்மனியும், ஜடமாகிய காயேந்திரியமனதுகளுக்குச் சேதனத்தன்மையைச் சம்பாதிப்பதாயிருத்தலால் சர்வோத்தமமாகிய சிற்சக்தியும், சித்தாகிய ஆத்துமசொரூபமுமாகிய உமக்கு நமஸ்காரம். எ-று. (கூச)

சமாதியுபாயம்.

(அ-கை) நாநாவிதமாகிய சமாதியுபாயங்களைக்கூறி நாதாநுசந்தானரூபமாகிய முக்கிய உபாயத்தைப் பிரதிஞ்ஞைசெய்கின்றார்-

கூஸகூதத்துவைரியா நாஸிஷ்யா நாஸிவிஸ்மிதம் |
வைராக்யமாஸகூநாயை நாதோபாவாஸநாஸ்வ
தே ॥ ॥ கூசு ॥

(இ-ள்) விற்பத்தியில்லாமையால் தத்துவஞான சாமர்த்தியமில்லாத மூடர்களுக்கும் சம்மதமாகிய கோரக்கநாதராற் சொல்லப்பட்ட நாதவுபாசனை (நாதாநுசந்தானம்) சொல்லப்படுகின்றது. எ-று. (கூசு)

மூடர்களுக்கும் என்ற உம்மையால் படித்தவர்களுக்குக் கேட்பானேன் என்பது அறியப்படுகின்றது. கோரக்கநாதராற் சொல்லப்பட்டதென்பதனால், பெரியோர்களாற் கூறப்பட்டமையால் இது கொள்ளத்தக்கதாமென்பது அறியப்படுகின்றது. (கூடு)

(அ-கை) இதுவுமது.

சூஷ்நாயெ நமவாஹிகோபிய வுகாராஃகயிதா
ஜபம்தி । நாஹாந-ஷ்யாநகூடிகூடிவ தந்ராதிஹ
தி-வ்யுததிம்ருயா நாம ॥ ॥ கூசு ॥

(இ-ள்) ஸ்ரீ ஆதிநாதராகிய பரமேசுவராற் சொல்லப்பட்ட ஒன்றேகாற்கோடி இலயப்பிரகாரங்கள் (சித்தலயசாதன பேதங்கள்) சிலாக்கியமாயிருக்கின்றன. அவற்றுள் (*) நாதாநுசந்தான மொன்றையே எல்லாவற்றிற்கும் பிரதானமாக அறிகிறேம். எ-று.

சிரேஷ்டமான இலயசாதனங்களெல்லாவற்றினும் மேலானதாயும் கோரக்கரால் சம்மதிக்கப்பட்டதாயு மிருத்தலால் நாதானுசந்தானமே அவசியம் விதிக்கப்பட்டதாமென்பது கருத்து.

(அ-கை) சாம்பவிமுத்திரையின் நாதாநுசந்தானத்தைக் கூறுகின்றார்.

தி-க்ஷாலயெநஷ்டிதாயொ தீ தி-ஷ்ராவயாயஸ்ராம
ஹவீம । ஸ்ரவணாபுகுடிணைகுணைர்நாதிம்தஷ்டிதி
கயீம் ॥ ॥கூஎ॥

---

* இது ஸ்ரீ சங்கரபகவத்பாதாசாரியர்களாலும் யோகதாராவளியில் "உலகத்தில் சதாசிவனுற் சொல்லப்பட்ட ஒன்றேகால் இலக்ஷம் இலயங்களிருக்கின்றன. அவ்விலயங்களெல்லாவற்றுள்ளும் நாதாநுசந்தானசமாதி யொன்றையே யான் மதிக்கின்றேன்." எனறு சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) மூந்தா(சிந்தா)சனத்திலிருக்கும் யோகி சாம்ப வீமுத்திரையைச் செய்து, எகாக்கிரசித்தனாய் வலதுகாதில் சு ழுமுனை நாடியிலுள்ள நாதத்தைக் கேட்கக்கடவன். எ-று.

அது சிரிபுராசார சமுச்சயத்தில் "சூஉளசிதாவிசாஜநித ரவஸிஷ்டரவஸம்ஸாரகாரி நாதோஸௌவாம ஸிகவ்யாதி யுஹரி கயுவ ஐம்ஸ நீஷ்வர நாமயுஃ | வடார நாஉர நாகாரீ கஉர நாஉஜயுயிவா நயீவராமஹீவராமஜாநஜாநரு வொ வஃ வரஉவகாநாமவிரவக ஏகவை ஹிதாரயா || இந்தநாத ம் முதலில் மதுவுண்ட வண்டுக்கூட்டங்களாலுண்டாகும் சப்தத் திற்குச் சமான சப்தசம்ஸ்காரத்தைச் செய்வதாயும், அதன்பின் ழுங்கில் கூட்டங்களின் காற்று நிரம்பிவிளங்கும் மூங்கிலின் நா தத்திற்குச் சமானமானதாயும், கண்டாநாதத்தின் எதிரொலியா யும், சமுத்திரத்தின் நாமான ஓலியாயும், கம்பீரமாய் (மிகக்கடு மையாய்)க் கர்ஜிக்கும் இடியின் ஓசையாயும் பிரமநாடியின் இந் த மேலாகிய இரந்திரத்தில் இருக்கின்றது" என்று சொல்லப்ப ட்டிருக்கின்றது. (கூஎ)

பாராங்முகி முத்திரை.

(அ-ஸை) பாராங்முகிமுத்திரையால் நாதநாதாநுசந்தானத்தைக் கூறுகின்றார்.

ஸ்ருவணவோடநயநயோமத்யவாண ஃபோநாம நி
ரோயநம்காயஃம் | ஸோஹஸோஷ்டூராவரணளஹோட
ஃபலஃ ஸ்புடிதநாதஃ || ॥ கூஅ ॥

(இ-ள்) இரண்டுகாது இரண்டுகண் இரண்டு நாசித்துவா ரம் வாய் என்னும் இவற்றைக் கைவிரல்களால் நிரோதனஞ் செய்ய (மூட) வேண்டும். அப்போது பிராணவாயுசஞ்சாரம் சுத் தமாயிருக்கும் சுழுமுனைமார்க்கத்தில் அமலமாகிய (களங்கமின் றிய) நாதம் ஸ்புடமாய் (வியக்தமாய்=வெளிப்படையாய்)க் கே ட்கப்படுகின்றது. எ-று.

நிரோதனம் செய்யும் தன்மை "கூமஷ்டாஹ்ராகிஷ்ஹளகு ணுளகஜ்டீஹ்ராஅவகஷ்வீ | நாஸாவஷ்டளதயர்நா ஹ்ராஅவ ஹ்ராஉகரணாநிவ | பெருவிரல்களால் இரண்டுகாது களையும் சுட்டுவிரல்களால் இரண்டு கண்களையும் மோதிரவிரல்க ளால் இரண்டு நாசிகளையும் மூடி, சகாரத்தால் (உம்மையால்) ம ற்றவிரல்களால் வாயையும் மூடி" என்பதிலுரைதிக. இதை ஷண்முகிமுத்திரை என்றும் கூறுவர். (கூஎ)

நாத அவஸ்தாபேதம்.

(அ-கை) இனிநாதத்தின் நான்கவஸ்தைகளைக் கூறுகின் றார்.

கூரஅஹஷ்டவடஷ்டதயா வரிஷயொவிஷயநிஷ்டஃ | ஸவடுபொமஷஷ்ஸ்ராஉவஸ்தாஷ்டபஅ || கூக ||

(இ-ள்) ஆரம்பாவஸ்தை, கடாவஸ்தை, பரிசயாவஸ்தை, நிஷ்பத்தியவஸ்தை யென்று (சித்தவிருத்தி நிரோதஉபாயங்க ளாகிய சாம்பவிமுதலிய) சகல யோகங்களிலும் நான்கு அவஸ் தை (வியவஸ்தை) களிருக்கின்றன. எ-று. (கூக)

ஆரம்பாவஸ்தை.

(அ-கை) அவற்றுள் ஆரம்பாவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

ஷ்ரஹஜஅயஹடுஷவஷஜ்ஹஷொஹ்ராநநஃ ஸஅநடு ஸஅஹவஃ | விஷ்டஃக்ஷணஷகா ஷஉஷஹஸ்நா ஹகஃ ஸ்ரயயஷதயஷ்டீஃ || || எ0 ||

(இ-ள்) அநாஹதசக்கரத்திலிருக்கும் பிரமகிரந்தியின் பேதனம் (பிராணப்பியசத்தாற்பேதித்தல்) எப்போது உண்டா கின்றதோ, அப்போது ஆநந்தத்தைத் தருவதும், தூனிய (இரு தயாகாய) த்திலுண்டாவதும், நாதாவிதக்கிண்கிணிச் சத்தம் போன்றதுமாகிய அநாஹதத்துவனி (ஒலி) தேகத்தின் மத்தியி ல் கேட்கப்படுகின்றது. எ-று. (எ0)

ஹடயோகப்பிரதீபிகை.

(அ-கை) இதுவுமது.

ஶிவ்ய(ஹஶுசெ கஜஷ்ஶீ ஶிவ்ய மஂயஷ்ஷுரொமவாஸு ।
ஷஂவெஜணூ ஹஸ்ரூஉய ஸ்ரூஜஸு) கூஸஂவெஹொபொமவாஸு
ஷவெஷ ॥ ॥எக ॥

(இ-ள்) சூன்யமாகிய இருதயாகாசத்தில் காதாரம்பமுண்டாகின்றது. அப்போது பிராணவாயுவால் நன்றாய்ப் பூரணமாகிய யோகியானவன் திவ்விய (ரூபலாவண்ணியபலமுள்ள) தேகமுடையவனும், பிரதாபமுடையவனும், திவ்விய (உத்தமமாகிய) கந்தமுள்ளவனும், ரோகமில்லாதவனுமாவன். (எக)

இருதயாகாசம் விசுத்தாகாசம் புருவமத்தியாகாசம் என்னுமிவை யோகிகளால் சூன்யம் அதிசூன்யம் மகாசூன்யமென்னும் சொற்களால் விவகரிக்கப்படுகின்றன.

கடாவஸ்தை.

(அ-கை) கடாவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

ஶி தீயாபாஂவஷ்டேஷ்ஜ கஸ்ரு வாய-ஹஸ்ரவதிஶயஸ்ரு மஃ ।
ஸ்ரூ ஶாஷஸ்ரி நாஹவெஸ்ரூஸ்ரூ ஸ்ரீ ஜ்ஞாநீ ஸ்ரீஷவஷஶஷ்ஷஸ்ரூ ॥

(இ-ள்) இரண்டாவதாகிய கடாவஸ்தையில் வாயு (பிராணன்) ஆத்துமாவோடு நாதபிந்துக்களை ஒருமைப்படுத்திக், கண்டஸ்தானத்திலிருக்கும் மத்தியசக்கரத்தி லுள்ளதாகுங்கால், யோகி (யோகாப்பியாசி) திடா(ஸ்திரா)சனமுள்ளவனும், ஞானியாய்(முன்னிலுமதிக புத்திசாமர்த்தியமுடையவனும்), ரூபலாவண்ணிய மிகுதிப்பாட்டால் தேவர்களுக்குச்சமானமாகின்றான். எ-று

அது ஈசுவரனற்சொல்லப்பட்ட ஹாஜயோகத்தில், பிராணாவாநள நாஶவிஷு ஜீவாத்துவாரஶாத்துஸ்ரு நாஃ । ஶிகூவாவ நயஷ்ரூாத்துஷ்ரூாத்துவடஉவுஸ்ரு கபிராணபானனும், நாதவிந்துவும் ஜீவாத்துமபாமாத்துமாக்களுஞ் சேர்ந்து கடந்த(நிகழ்த)

லால் அது கடமெனப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (எஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

விஷ்ணோ ரெஷ்ணுதாஹரோ தூரோ நாலமவகுஃ!கா
திஷமதெநுவிதிஷுஷ்டு ஹெரீஷஷ்டூஹரோஹவெசு ॥ எக ॥

(இ-ள்) அதன்பின் (பிரமகிரந்தியைப் பேதித்தபின்) கண்டத்திலிருக்கும் விஷ்ணுகிரந்தியைக் கும்பகத்தால் பேதித்தலால், இனியுண்டாகும் பிரமாநந்தத்தைச் சூசிப்பிப்பதாய் அதிசூனியத்தில் (கண்டாவகாசத்தில்) அநேகநாதமுழக்கமும் பேரிசப்தமும் அப்போதுண்டாகின்றது. எ-று. (எக)

(அ-கை) பரிசயாவஸ்தையை இரண்டாைச் சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

தரதீயாயாம தூ விஜ்ஞேயொ விஹாயொ8ஷுயு
கிஃ । 8ஹாஸஷநயோ தஷாயா கிஷவுஹிஜிஹரோஷ்யம் ॥

(இ-ள்) மூன்றுவது பரிசயாவஸ்தையில் புருவநடுவாகாசத்தில் மத்தளத்தொனிபோன்ற நாதம் விசேஷமாய் அறியத்தக்கதாகின்றது. அப்போது (அவ்வவஸ்தையில்) பிராணன் அணிமாதி சகலசித்திகளுக்கும் ஆசிரயமாகிய மகாசூனியமென்னும் புருவநடுவாகாசத்தை அடைகின்றது. எ-று (எச)

(அ-கை) இதுவுமது.

வித்தா நநு0 தஷாஜிஷ்வா லஹஜா நநுலம0ஷவஃ । ஷொ
ஷ்ஷ0ஃவஜ்ராவ்யாயி கூ-யா நிஷ்ராவிஷஜி2தஃ ॥ எஞ ॥

(இ-ள்) அப்போது யோகி சித்தாநந்தத்தை(நாதவிஷயாக்தக்காணவிருத்திஜந்தியசுகத்தை) ஜெயித்துச், சுபாவிகமாகிய ஆத்துமசுகத்தின் ஆவிற்பாவமுடையவனாய் வாதபித்தகபதோ

வங்கள், அவற்றாலுண்டாகிய துக்கம் (அத்தியாத்துமமுதலிய வேதனை), மூப்பு, வியாதி, பசி, நித்திரை யென்னுமிவைகளில்லாதவனாகின்றான். எ-று (எடு

(அ-கை) அப்போதெனின், எப்போதென்று கேட்குமிடத்துக் கூறுகின்றார்.

ஸ-உ ஹ யதிபயதாஹிக்வா ஸவ-ுவீமதிகாரபிஷு ॥

(இ-ள்) எப்போது ஆக்ஞைசக்கிரத்திலுள்ள உருத்திரகிரந்தியைப் பேதித்துப் பிராணன் சுஷும்நாபீடமாகிய புருவநடுவை யடைந்தகாலின்றதோ அப்போது. எ-று (எடு,உ)

நிஷ்பத்தியவஸ்தை

(அ-கை) நிஷ்பத்தியவஸ்தையைக் கூறுகின்றார்.

நிவ-தளவெணவ-ிஸவ-ஃ கண வீணாகணாஹ
வெசு ॥ ॥ எசு ॥

வகீஹமதம தோவிதம ராஜயொமாஹியாநகம ।
வ்யவ-ிஹம ஹாரகதுர்கவள யொகீஸ்வரவஹோஹ
வெசு ॥ ॥ எள ॥

(இ-ள்) நிஷ்பத்தியவஸ்தையில் வேணுநாதமும் க்வணவென்று சப்திக்கின்ற வீணாநாதமும் உண்டாகின்றது. அப்போது (அவ்வவஸ்தையில்) சித்தம் (விஷயவிஷயிகளின் அபேத உபசாரத்தால்) ஒரு விஷயிவடிவமாகின்றது. அது ராஜயோகமென்னும் பெயருடையதாம். (சித்தத்தின் ஏகாக்ரத்தன்மையே ராஜயோகமென்பது பொருள்.) இந்த (காதாநுசந்தான பாணியை) யோகி சிருஷ்டிசங்கார கர்த்தாவாய் ஈசுவரசமனுகின்றான். எ-று.

பிராணன் பிரமரந்த்ரத்திற் செல்லுங்கால் நிஷ்பத்தியவஸ்தை யுண்டாகின்றது. (எள)

(அ-கை) இதுவுமது.

சுவஜ்ரவாசோவஜ்ரவாசிநீ ரவித்ரவாவண்ணிகம்வஸ்-
வம் । யுயொஜ்வலிதம்வளவ்யம் ராஜயொமாதிவாவ்ய
தெ ॥ ॥ எசு ॥

(இ-ள்) மோசுகமிருக்கட்டும் அல்லது இல்லாதிருக்கட்டும். இதிலேயே அகண்டிதமாகிய சுகமிருக்கின்றது. இயமத்தாலுண்டாகும் இச்சுசௌகர்யம் இராஜயோகத்தாலடையப்படுகின்றது. எ-று. (எஅ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ராஜயொஜ்ஜாநஜ்ஞாநஃ சுவதுஃகஹிம்ஸாதிஃ । வர
தாநஹ்யாவிரொதிநிரு ப்ரயாஸ ஏயாவ ஹிம்ஸாதாநு ॥

(இ-ள்) இராஜயோகத்தை யறியாதவர்களாய் ஹடகர்மத்தைமாத்திரமுடைய இவ்வப்பியாசிகளைப் பிரயாசத்தின் பலமில்லாதவர்களாக மதிக்கிறேன். எ-று. (எசு)

(அ-கை) இதுவுமது.

உந்நதுவாதுயெஸீவ்ய ஹ்ருயாநிஷிவஸிதம் ।
ராஜயொமவஜ்ரவ்ரதம் ஸ்வொவாயொகவுசெத
வாம் । வதுஃப்ரதுயவாம்யாயீ ஜாயதெநாதிஜ்ஞாந
யஃ ॥ ॥ அ ॥

(இ-ள்) சீக்கிரம் உன்மனியவஸ்தையை யடையும்பொருட்டு புருவநடுவில் தியானித்தல் சுவாத்துமாராமருகிய* எனக்கு

---

* இப்படியே இயங்களுள் புருவமத்திய நாட்டமே மேலானதென்று கூறும் ஹடநிபிகைகாரர்மதமே எமதுமதமென்றார் ஹடாத்நாவளிக்காரர்.

ச் சம்மதம். இது (புருவ நடுத்தியானம்) † இராஜயோகபதத் தை தனியாவஸ்தையை அடைவதற்கு அற்பபுத்தியுடையவர்க ளுக்கும் சுகமாய்ச் சாதிக்கத்தக்க உபாயமாம். (மற்றவர்களுக் குச் சொல்லுவானேனென்பது அபிப்பிராயம்.) நாதத்தினு லுண்டாகும் சித்தவிலயம் பிரத்தியய(ஞான)த்தைச் செவ் வையாய்த் தருவதாகின்றது. எ-று. (அ0)

(அ-கை) இதுவுமது.

நாதோ நஃவயோ நலயோயிவாஜா0 யொதீஸ்வரா ணா0 ஹ்ருதிவயஃஸ நா0 | குநநுசிகூ0வவஹாயிமசி்0 ஜாநாதிதஸ்ரீ மஃரஃ நாயவனகூ0 ॥ ॥அக॥

(இ-ள்) நாதானுசந்தானத்தால் சமாதியை (ஏகாக்கிரத் தன்மையை) அடையும் யோகீசுவரர்களது இருதயத்தில் விரு த்தியாகும் இது வென்று வாக்கினற் சொல்லக்கூடாத யோகசா ஸ்திரப்பிரசித்தமாகிய முக்கிய ஆகந்தத்தை அகந்நியராகிய ஸ்ரீ குருநாதரே அறிவர். எ-று.

இதனால் நாதானுசந்தான ஆகந்தம் குருவினுலறியத்தக்க தேயாமென்பது சூசிப்பிக்கப்பட்டது. (அக)

(அ—கை) நாதானுசந்தானத்தால் பிரத்தியாகாராதிக் கிர மமாகச் சமாதியைக் கூறுகின்றூர்.

கணஃளவியாயஹஸ்ராஹ்யா0 ஸ்யுனொதீயுநி0ஃ- நிஃ॥ கதஃவிதம்ஹ்ரிஸீகூ-யஃரஃஹ்யாவதிராவஃ0வ்ரஜெகூ॥

---

* யோகங்களுக்கெல்லாம் இராஜாவாயிருத்தலால் இராஜயோக மாம். இது "யோகங்களுக்கெல்லாம் இராஜாவாயிருத்தலால் இராஜ யோகமெனப்படும்; அல்லது ஜீவர்களுக்கு இராஜாவை (விளங்கிக்கொ ண்டிருக்கும் அவ்வியயமாகிய பரப்பிரமத்தை) யடைவிப்பது எதுவோ, அது இராஜயோகமெனப்படும்" என்று வாமதேவமகேசுவரசம்வாத மாகிய யோகாப்பியாசத்திற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது.

(இ-ள்) முனி (மனனசிலர்களாகியயோகி) களால் கைப் பெருவிரல்களால் இரண்டு காதுகளையும் மூடுவதனால் எந்தத் தொனியால் சித்தத்தை ஸ்திரபதமாகிய துரியத்தையடையும்வரையில் ஸ்திரப்படுத்த வேண்டும். எ-று.

அது, "துரியாவஸ்தை சித்தை வெளிப்படுத்தும் நாதத்தின்வேதன மெனப்படும். நாதானுசந்தானத்தால் வாயுவின் ஸ்திரத்தன்மையும் அணிமாதிகளும் உண்டாகின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அது திரிபுராசாரசமுச்சயத்திலும் "ஷிஜிதாஹவதீஹிதநவாயஃ ஸஹஜாயஸ்யஸ்திரஃ கஃபுணாஃ | கணிரோதி மணாஹவஞ்சிதஸ்யாதிதவாணஃ யதிஹாமணெளயஸ்ய | ஸராஜதநஜவெரிரமெரி விரயு ஸகரமாமணிமெய நா | ஜஇயெரிஷயீரநரஜி கஃபு ஸரமகமஸஹஹாஸ்யணெகிதஃ ॥ சராஜகுமாரவைரிரந்திரத்தில் தனது கைப்பெருவிரல்களினாண்டிரல் நிரோதித்து, உள்ளேபரவும் சமுத்திரம்போன்ற நாதமானதத்தைச் சிக்கிரமாக மனிதன் கேட்கிறான். அதனால் எவனுக்குச் செவ்வையாய் எழும்பிய நாதமும் வாயுவும் சகஜமாய் ஜயிக்கப்பட்டனவைகளாகின்றனவோ, அந்த மஹாகுணத்தையுள்ளவனுக்கு அணிமாதிகுணங்களும் அளவிறந்தபுண்ணியமும் முண்டாகின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (சராஜன்=இந்திரன், அவன் குமாரன்=அர்ச்சுனன், அவன் வைரி=கர்ணன் அக்கர்ணரந்திரத்தில்=காதின் துவாரத்தில் என்பது பொருள்.)

(அ-கை) இதுவுமது.

சஹஸ்ரஸ்ரோதநாநாதொநயம் பராஹ்யஸ்ரவ்ரணாதெதயுகிம் | வகஸ்தாவிகெவசிவிதம் ஜிகுவாயொகீஸ்வரவீஹவெசஃ ॥ ॥ அகை ॥

(இ-ள்) அப்பியாசிக்கப்படும் இந்த (அநாஹதமென்னும்) நாதம் பாகிய வெளியிலுண்டாகும் சுஷும்நாத்திரத்திற்கு விஷயமாகின்ற) தொனியைச் சூழ்கின்றது. யோகி (நாதாப்பியாசி) ஒரு பசூ(அஜைமாத)த்தில சகல விசேஷப(சித்தசாஞ்சல்ய)ங்களையும் ஜெயித்தச் சுகி(நிஜாநந்தமுடையவன்)ஆகின்றான். எ-று

(அ-ரை) இதவுமது.

ஸுஷுபிதவ்யாபாரவ்யாவ்ருதகரணோ நாதோ நாதாவியோகாத்
மாநு ! தசிராத்வ்யாவ்ருதகரணயுகாத ஸுஷுபித
வஸ்துகூடவஸ்துகூட: ॥ ॥ அசு ॥

(இ-ள்) முதலைப்பியாசத்தில் நாநாவிதமாகிய பெரிய (சமுத்திரம் மேகம் பேரிமுதலியவற்றைப் போன்ற)நாதம் கேட்கப்படுகின்றது. பின் நாதாநுசந்தானம் விருத்தியாகுங்கால் சூட்சுமசூட்சுமமாகக் கேட்கப்படுகின்றது. எ-று. (அசு)

(அ-கை) நாநாவித நாதத்தை இரண்டு சுலோகங்களாற் கூறுகின்றார்.

சூளஜயயிஜீஷு தவ்ஹரீஸஸு பூரவ்யவஹவா: ।ஷயெ)ஷ
ஷுவ்ஹாவொத்தாவவடாகா ஹவ்ஜோஷ்டயா ॥ ॥ அஞ ॥

(இ-ள்) ஆதியில்(வாயு பிரமரந்திரத்திற் செல்லுங்காலத்த) சமுத்திரம், மேகம், பேரி, சர்ச்சரம் (கணகப்பட்டையென்னும் ஓர் தோல்வாத்தியம்) என்பவற்றாலுண்டாகியவைகளைப் போன்ற நாதமும், அப்படியே மத்தியில்(பிரமரந்திரத்தில் வாயுஸ்திரப்பட்டபின்)மத்தளம், சங்கு, கண்டா(மணி), காகளம் என்பவற்றாலுண்டாகியவைகளைப் போன்ற நாதமும், எ-று.

(அ-கை) இதவுமது.

கவ்தத-கிங்கிணீவ்ஹவீணாஹ்ரஸ்தநிஷ்வநா: ।ஷ
நாதாவியா நாத: ஸுஷயவ்தத்வயுமா: ॥ அஞ ॥

(இ-ள்) அந்தத்தில் (பிராணன் பிரமரந்திரத்தில் மிகவும் ஸ்திரமானபின்) கிண்கிணி, வேணு, வீணை (தந்திரி), வண்டினன்பவற்றின் சப்தங்களைப்போன்ற நாதங்களுமாக, இப்படி நானாவிதநாதங்கள் தேகத்தின் மத்தியிலுள்ளனவாகக் கேட்கப்படுகின்றன. என-று. (அசு)

(அ-னை) இதுவுமது.

உஹகிரூபை உணைஷவி ஷிவுவொஷபூஹிவையூ
ளள | தத்ரலமக்ஷாதமிக்ஷாதரம் நாஷிவிவஷவாஷூ
ஷொஸ் ॥ அள ॥

(இ-ள்) மேகம் பேரிமுதலியவற்றிலுண்டாகிய சப்தம் போன்ற பெருஞ்சப்தங்கள் கேட்கப்படினும், அவற்றுள் சூட்சுமத்திலும் சூட்சுமமாகிய நாதத்தையே சிக்கிக்கவேண்டும். என-று.

சூட்சுமமாகிய நாதம் ஒடுங்கோமிருப்பதா யிருத்தலால் அதில் ஆசக்தமுள்ள சித்தமும் ஒடுங்கோரம் ஸ்திரமுடையதாகு (நிலைக்கு) மென்பது கருத்து. (அள)

(அ-னை) இதுவுமது.

வநரி-ஹூஜ்வாலஷிக்ஷ லஷிக்ஷரி-ஹூஜ்வாவ
ெந | ரஷிணஷிவிக்ஷிஷ்டம் ஷிஜ்ஞாநாகாத்ரு வாலு
யெஸ் ॥ அஅ ॥

(இ-ள்) (பேரிமுதலியவற்றின்) கனமாகிய நாதத்தை விட்டு சூட்சுமத்திலும் அல்லது சூட்சுமத்தைவிட்டு கன நாதத்திலுமாக இரமிப்பதாயிருக்கினும் (கனசூட்சுமமென்னும் இரண்டிலொரு நாதத்தைக் கொள்ளுதல்தள்ளுதல்களால் கிரீடிப்பதாயிருக்கினும்) விக்ஷிப்த (இராஜதத்தால் அத்தியந்தசஞ்சல) மாகிய மனதை வேறிடத்தில் (வேறுவிஷயத்தில்) செலுத்தலாகாது. என-று.

வடமோகப்பிரதிபிலை.

வேறுவிஷயத்தில் ஆசக்தியுள்ள *கூஷிப்தமனம் சமாதியடையாது. காமங்களில் இரமிக்கும் மனமோ சமாதியடையுமென்பது கருத்து. (அ அ)

---

* கூஷிப்தம் (உழல்நிலை), மூடம் (உறக்கநிலை), விக்ஷிப்தம் (இருமைநிலை), ஏகாக்ரியம் (ஒருவழிநிலை), நிருத்தம் (கண்ணிலை) என யோகபூமிலக (அவஸ்தை) ஐந்தாம்.

(க) கூஷிப்தம்:—ஒவ்வொரு கணத்திலும் இருவினையாகிய காற்றினால் அநுபவிக்கப்படும் பலபொருளிலும் ஆசையுடையதாய் விரைவில் சுழலுப்படி செலுத்தப்பட்ட மனதின் நிலைமையாம்.

(உ) மூடம்:—தூக்கம், சோம்பல், நெடுநீர்முதலியவற்றோடுங் கூடிய மனநிலையாம். (நெடுநீர்= வறிதுகாலந்தாழ்த்தல்= காமசம். வறிது= வீண்.)

(ங) விக்ஷிப்தம்:— எப்போதாயினும் ஒருபோது சமாதியோடு கூடி, மற்றைப்போதெல்லாம் விடயங்களில் உழலுகின்ற மனநிலைமையாம். சமாதி=ஒருவிகணங்களெல்லாம் கண்ணிலையில் ஒத்து நிற்றல்; விடயம்= பற்றப்படும் பொருள்.

(ச) ஏகாக்ரியம்:—இயமநியமாதி அட்டாங்கயோகப் பயிற்சியின் வல்லபத்தால் ஒரே பொருளினிடத்தில் மனத்தின் ஒழுக்கமானது, இடைவிடாது தொடர்ந்து செல்லும் வெள்ளம்போல, செல்லும் நிலைமையாம். (ஒழுக்கம் என்பது இவ்விடத்தில், நடக்கும் நடை). இதில் சம்பிரஜ்ஞாதசமாதியுண்டாகின்றது.

(ஞ) நிருத்தம்:—மனம், தன்னை மறந்து சோர்ந்து போகாமல் விழித்திருந்தும், வேறொருபுறவிடயத்திலும் உணர்ச்சி பிறவாது இருத்தலும், அவ்வுணர்ச்சி யொருக்கால் வேண்டிப்போது, பிறப்பதற்கு ஏதுவாகிய அதன் காரியம் வித்துப்போல வாசனைமாத்திரையில் சேடப்பட்டுக் கெடாது நிற்றலுமாகிய அந்நிலைமையாம். (சேடம்= மீதி) இதில் அசம்பிரஜ்ஞாத சமாதியுண்டாகின்றது. இதனையே யோகமென்றும் நிருவிகற்பசமாதியென்றும் கூறுவர். அவற்றுள் கூஷிப்தம் மூடமென்னும் இரண்டவஸ்தைகளிலும் சமாதி பொருந்தாது. மூன்றவதாகிய விக்ஷிப்தத்தில் எப்போதாயினும் ஓர் காலத்தில் சமாதியுண்டாயினும், விக்ஷேபத்தின் பிரதானத்தால் யோகபக்ஷத்தில் நிலைக்கிறதில்லை. வேகமாகிய காற்றால் விக்ஷேபிக்கப்படுந் தீபம்போல் தானே நஷ்டமாய் விடுகின்றது. ஏனையவிரண்டுமே சமாதிக்குரியனவாம்.

(அ-னை) இதுவுமது.

யதகு-தாவிவாநாதி ரும்திவுயஜ்ஂஜிநஃ । க
தெதுவஷ-ஸ்ரீரீஷுப தெநஷயுஂவிரீபதெ ॥

(இ-ள்) அல்லது ஏதேதனும் ஓரிடத்தில் (கனசூட்சும மென்னு மேமேதனு மொன்றில்) மனம் முதலில் பற்றுமாயின் அதிற்றானே நன்றாய் ஸ்திரமுடையதாய் ஆநாதத்தோடு விலயமாகின்றது. எ-று

இங்கே முன்வாக்கியத்தால் பிரத்தியாகாரமும், இரண்டாவதால் தாரணையும், மூன்றுவதால் தியானவாயிலாக சமாதியும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (அசு)

(அ-னை) இதுவுமது.

ஶுரஂஜவிவெஜ்ரஂவிமாமயஂவிநாவெகூஷிதெ । ய
யாநாஜாவஷுஂ தயாவி தஂவிஷயாந்ரஜ்ஜிஷுஂகூஷித ॥

(இ-ள்) மகாந்த (புஷ்பாச) த்தைத் குடிக்கும் வண்டு கந்தத்தை விரும்பாதுபோல, நாதத்தில் ஆசக்தமுள்ள சித்தம் சப்த (மாலை) சந்தன வனிதாதிவிஷயங்களை விரும்புகிறதில்லை. எ-று (கூ0)

(அ-னை) இதுவுமது.

ஶவிநாஶிதமஜ்ஜீவ விஷயொஜ்ஜாநவாரிணஃ ।
நியஶவிநவஶயெஜ்ஜாயஂ நிஜாநநிஶ்சிதாஂகுஶஃ ॥

(இ-ள்) சப்தாதிவிஷயமாகிய உத்தியானத்தில் சஞ்சரிக்கும் மனமென்னும் மதயானையை யடக்குதலில் இந்த ஆநாதத்தானியாகிய கூரிய அங்குசம் சாமர்த்தியமுடையதாம். எ-று

இந்தச் சுலோகங்களால் "ஸ்ரோத்ராதீநாம் விஷ

யெஷ-யோகூ ஷ்o । யத்ரகுர ஹாரணம்ஷெஷ்டாம் வ்ரகுர ஹாரஃ வ்ரகீர்த்-ருசஃ ॥ விஷயங்களிற் சஞ்சரிக்கும் ஞானேந்திரியவற்றைக் நியமப்படி பிரத்தியாகாரம் செய்தல் (திருப்புதல்), பிரத்தியாகாரமெனப்படுகின்றது" என்று விஷ்ணுபுராணத்தற் கூறிய இலக்ஷணமுடைய *பிரத்தியாகாரம் சொல்லப்பட்டது. (கூக)

(அ-கை) இதுவுமது.

பைஶாக-நாஷவ்யெந ஷ்நஸ்யாக்ருத்ஸ்னவாஷனம் ।
ப்ரயாதிலு-காரணமெவ்ய-ருஷிர்ஜ்ஞேயஃ ஸ மாயயா ॥

---

* தரிசனம், சாண்டில்யம், யோகத்துவமுதலியவுபநிஷத்துக்களிலும் சூதசங்கிதைமுதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் பிரத்தியாகாரத்தின் இலக்ஷணங்கள் வருமாறு:—

(க) சுபாவமாக விஷயங்களிற் செல்லும் இந்திரியங்களைப் பலமாக இழுத்தல், பிரத்தியாகாரமெனப்படும்.

(உ) எதைப் பார்க்கிறாலே அது முழுவதும் பிரமமாமெனக் காண்டல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(ங) பாதம், அங்குஷ்டம், கரம், கணைக்கால், முழந்தாள், தொடை, பாயு, இலிங்கம், நாபி, இருதயம், கழுத்து, மிடறு, அண்ணம், நாசி, கண், புருவநடு, நெற்றி, சிரசென்னும் பதினெட்டு மர்மஸ்தானங்களிலும் நியமமாகத் தரித்தல் அதாவது அந்த ஸ்தானங்களில் ஆரோக அவரோகக்நியமமாகப் பிரத்தியாகாரஞ் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(ச) நித்தியகர்மங்களின் பலத்தை விடுதல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(ஞ) மரணபரியந்தம் தான் செய்யும் சுத்தாசுத்தங்களெல்லாவற்றையும் பிரமத்தினிடத்திற் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(ஃ) நித்தியகர்மங்களையும் காமியகர்மங்களையும் பிரமார்ப்பணப் புத்தியாகச் செய்தல், பிரத்தியாகாரமாம்.

(எ) வாயுவை ஒரு ஸ்தானத்திலிருந்து மற்றொரு ஸ்தானத்தில் அதாவது தந்த(பல்)மூலத்தினின்று கண்டஸ்தானத்திலும், கண்டஸ்தா

(இ-ள்) காதபந்தத்தாற் கட்டப்பட்ட (கழுத்தாணியில் ஊசக்க முள்ள) தும், அதனாலேயே சூனைத்திற்குசூனம் விஷயத்தைக்கிரகித்தலாகிய சபலத்தன்மையை கன்றுய் விட்ட தாகிய மனம், இறகொடிந்த பகுவிபோல் மிகவும் ஸ்திரத்த ன்மையை (தாடணையை) யடைகின்றது. எ-று

இதனால் "ப்ராணாயாமைர்நவபவநம் ப்ரதஹ்யாஹாரணை ர்வெஷ்டியம் | வஸீக்ருதஸ்தஸ்ய ஹ்ருதி ஸ்திதஸ்ய ஸ்மராஸ்ரயே ॥ ப்ராணாயாமத்தால் வாயுவையும் ப்ரத்யாகா ரத்தால் இந்திரியத்தையும் வசப்படுத்தி, அதன்பின் சுபாசிரய (சகுண அல்லது நிர்க்குணப்ரம) த்தில் சித்தத்தின் ஸ்திரத்தன் மையைச் செய்யவேண்டும்" என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூ றப்பட்டிருக்கும் இலக்ஷணமுடைய சுபாசிரயத்தில் சித்தத் னத்தினின்று மார்பிலும், மார்பினின்று வயிற்றிலும், வயிற்றினின்று நாபியிலும், நாபியினின்று குண்டலியிலும், குண்டலியினின்று மூலா காரத்திலும், மூலாதாரத்தினின்று இரண்டு கடிகளிலும், கடிகளினின் று தொடைகளிலும், தொடைகளினின்று முழங்தாள்களிலும், முழங்தா ள்களினின்று கணைக்கால்களிலும், கணைக்கால்களினின்று பாதாங்குஷ் டங்களிலுமாக நிரோதித்தல், **பிரத்ந யாகாரமாம்.**

(அ) சலனமில்லாதவனுய்ச் சுவஸ்திகாசனத்திலிருந்துகொண் டு இரண்டு நாசிகளாலும் வாயுவை இழுத்துப் பாதமுதல் சிரசுபரியந்தம் பூரிக்கவேண்டும். பின்னர் இரண்டு பாதங்களிலும், அதுபோல மூலா காரத்திலும், நாபியிலும், இருதயத்திலும், கண்டமூலத்திலும், அண் ணத்திலும், புருவநடுவிலும், நெற்றியிலும், சிரசிலும் நிறுத்துதல், பிர த்தியாகாரமாம்.

(க) சகல விஷயங்களிலும் பராமுகமாயிருத்தல், பிரத்தியாகார மாம்.

(கo) வித்துவான் தனது புத்தியை யிழுத்துச் சமஸ்தமுள்ளவ னுய் நிர்த்துவந்துவமும் நிர்விகற்பமுமாகிய ஆத்மாவில் நிறுத்துதல், சா ட்சாத் வேதாத்தமுணர்ந்தவர்களால் **பிரத்தியாகாரமெனப்படும்.**

னை வைத்தலென்னும் * காரணை சொல்லப்பட்டது. (கூஉ)

(அ-னை) இதுவுமது.

வலபுவிம்காம வரிகுஜு வாவயாவெந வெத
வா। நாஷவனவா நஂவஂயெயெஃ யொமவாஜ்ராஜுஜி
உகா ॥ ॥ கூஈ ॥

---

* தரிசனம் சாண்டில்யம் யோகதத்துவமுதலிய உபநிஷத்துக்களிலும், ருதசங்கிதைமுதலிய மற்றச் சாஸ்திரங்களிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் காரணையினிலக்கணம் வருமாறு:—

(க) தேகமத்தியவாகாசத்தில் பாதிபாகாசத்தையும், பிராணவாயுவில் வெளிவாயுவையும், உதராக்கினியில் வெளியக்கினியையும், ஜலாம்சத்தில் ஜலத்தையும், பிருதிவி பாகத்தில் பிருதிவியையும் தரிக்கவேண்டும். இவற்றிற்கு ஹ, ய, ர, வ, ல என்னும் மந்திரங்களைக் கிரமமாக உச்சரிக்கவேண்டும்.

(உ) பாதமுதல் முழங்கால் வரையில் பிருதிவிஸ்தானமெனப்படும். பிருதிவி காற்கோணமும் மஞ்சள் நிறமும், லகாரம் அகூரமுமாம். பிருதிவியம்சத்தில் வாயுவையாரோபித்து லகாரத்தோடுகூடிய பொன்வடிவமாகிய நான்கு முகங்களையுடைய பிரமாவைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண்டும். அதனால் பிருதிவிஜயத்தையடைகிறான். இந்த யோகிக்குப் பிருதிவியின் சம்பந்தத்தால் மரணமுண்டாகாது.

முழங்கால்முதல் பாயுவரையில் அப்புஸ்தானமெனப்படும். அப்பு அர்த்தசந்திரவடிவமும், வெண்ணிறமும், வம்பீஜமுமாம். அப்புஸ்தானத்தில் வாயுவையாரோபித்து நாற்புயமுடையவரும், கிரீடியும், சுத்தஸ்படிகம்போன்றவரும், பீதாம்பரதாரியும், அச்சுதருமாகிய நாராயணனை வகாரத்தோடு தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண்டும். அதனால் சகல பாவங்களினின்றும் நீங்குகிறான். ஜலத்தினால் பயமில்லை. ஜலத்தில் மரணமுமில்லை.

பாயுமுதல் இருதயம்வரையில் அக்கினியின் ஸ்தானமெனப்படும். அக்கினி முக்கோணவடிவமும், இரத்தவர்ண (நிற)மும், ரகாரம் பீஜமுமாம். அக்கினியில் வாயுவையாரோபித்து திரிநேத்திரமுடையவரும், சருணகிரீடனைப் போன்றவரும், சர்வாங்கங்களிலும் விபூதியணிந்தவரும், நல்ல பிரசன்னமுடையவரும், வரத்தைத்தருபவருமாகிய ரகாரத்தோடு விளங்கும் உருத்திரனைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறு

(இ-ள்) யோக சாம்பிராஜ்ஜியத்தை (இராஜயோகமுடை மையை) விரும்பியவனுல் சகல (பாகியாந்திரவிஷயங்களின்) சிந்தனையையும் விட்டுச் சர்வதான (வகாக்கிர) மாகிய சித்தத் தால் காதமே அநுஷ்டிக்கத்தக்கதாம். எ-று

த்தவேண்டும். இவன் அக்கினியினுல் தகிக்கப்படான். அக்கினிகு ண்டத்திற் பிரவேசிக்கினும் அவன் சரீரம் தகிக்கப்படமாட்டாது.

இருதயமுதல் புருவநடுவரையில் வாயுஸ்தானமெனப்படும். வாயு அ றுகோணவடிவமும் கருநிறமும் யகாரம் பீஜமுமாம். வாயுஸ்தானத் தில் பிராணனை ஆரோபித்து, அதில் எங்கும் முகமுள்ள சர்வஞ்ஞனி ய ஈசுவரனை யகாரத்தோடு தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்தவேண் டும். அப்போது வாயுவைப்போல ஆகாயத்திற் சஞ்சரிப்பவனுகின் றன். அவனுக்கு வாயுவினுல் பயமும் மரணமுமில்லை.

புருவநடுமுதல் சிரசுவரையிலும் ஆகாயஸ்தானமெனப்படும். ஆகா யம் வட்டவடிவமும் புகைநிறமும் ஹகாரம் பீஜமுமாம். ஆகாயத்தி ல் வாயுவை ஆரோபித்து சுத்த ஸ்படிகம் போன்றவரும், ஐந்து முகங்க ளையுடையவரும், பத்து புஜங்களையும் மூன்று கண்களையுமுடையவ ரும், சர்வாயுதங்களைத் தரித்தவரும், சகல ஆபரணங்களையுமணிந்தவரு ம், உமைபாகரும், இளம்பிறை சூடியவரும், வரதரும், சர்வகாரணகா ரணரும், ஹகாரத்தோடு கூடிய சங்கரரும், விந்துரூப மகாதேவருமாகி ய வியோமவடிவ சதாசிவத்தைத் தியானித்து ஐந்து நாழிகை நிறுத்த வேண்டும். ஆகாசதாரணத்தால் அவனுக்கு ஆகாயத்திற் சஞ்சரிக்குந்தன் மையுண்டாகின்றது. அவன் எவ்விடத்திலிருக்கினும் சுகத்தையனுப விப்பன்.

(ரு) புருவநடுவிடத்தில் சகலத்தையும் நடத்தும் போதாநந்தவடிவ மாகிய சிவத்தைப் புத்திமான் நித்தியமும் சகல பாவங்களும் நீங்கும் பொருட்டுத் தாரணை செய்யவேண்டும்.

(ச) பிரமாதி காரியவடிவங்களைத் தத்தம் காரணத்தில் ஒடுக்கி, எல் லாவற்றிற்குங் காரணமான அவ்விபக்சமும் நிரூபிக்கத்தகாததுமாகிய அசேதனத்தைப் பிரணவமாகிய சம்பூரண சாட்சாத் ஆத்துமாவினிடத் தில் தாரணை செய்யவேண்டும்.

(ங) ஆத்துமாவினிடத்தில் இந்திரியங்களோடு மனதைச் சேர்த் தல், தாரணையாம்.

இதனால் "தத் ஸவிதுர்வரேண்யம் பர்க்கோ தேவஸ்ய தீமஹி தியோ யோந: ப்ரசோதயாத்" என்னும் காயத்ரீ மந்திரத்தின் அர்த்தம் கூறப்பட்டது. அரசனே! அந்தக் காயத்ரீ மந்திரத்தின் அர்த்தம் எவ்வாறெனில் சொல்லுகிறேன் கேள். அந்தக் காயத்ரீ மந்திரத்தில் தத் என்னும் பதத்தின் அர்த்தம் பரப்பிரமம் என்றும், ஸவிது: என்னும் பதத்தின் அர்த்தம் ஜகத்காரணனாகிய விஷ்ணு என்றும், வரேண்யம் என்னும் பதத்தின் அர்த்தம் ஸ்ரேஷ்டமாகிய தேஜஸ் என்றும், பர்க்க: என்னும் பதத்தின் அர்த்தம் பாபநாசகம் என்றும், தீமஹி என்னும் பதத்தின் அர்த்தம் தியானிக்கிறோம் என்றும், தியோ யோந: என்னும் பதத்தின் அர்த்தம் புத்தியை என்றும், ப்ரசோதயாத் என்னும் பதத்தின் அர்த்தம் ப்ரேரணை செய்யவேண்டும் என்றும் அர்த்தமாம். அதாவது முதல்ஓர் அக்ஷரங்களால் சம்பாதிக்கப்படுகின்றது." என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறப்பட்டிருக்கும் இலக்ஷணமுள்ளதும், "தத்ஸவிதுர்வரேண்யம் பர்க்கோ தேவஸ்ய தீமஹி" என்பதில் (தாரணை செய்யப்பட்ட விஷயத்தில்) விருத்தியின் ஏகாக்கிரத்தன்மை (ஒருவடிவாந்தன்மை) தியானமாம்" மென்று பதஞ்சலசூத்திரத்திற் சொல்லப்பட்ட இலக்ஷணமுள்ளதுமாகிய * தியானம் சொல்லப்பட்டது. (கூடு)

---

* தரிசனம் சாண்டில்யம் யோகதத்துவமுதலிய உபநிஷத்துக்களிலும், தூஷங்கிதை முதலியவற்றிலும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் தியான லக்ஷணம்வருமாறு:—

(க) சத்தியமும், பரப்பிரமமும், சகல சம்சாரத்திற்கும் மருந்தும், ஊர்த்துவரேதசுடையவரும், விரூபாக்ஷரும், விசுவரூபரும், யோகீசுவரருமாகிய மகேசுவரனே அவரே நானென்று ஆதரவோடு தியானிக்கவேண்டும்.

(உ) அசலமும், நித்தியமும், ஆதிமத்தியாந்தமில்லாததும், அஸ்தூலமும், ஆகாயமல்லாததும், பரிசிக்கப்படாததும், பார்க்கப்படாததும், இரசமுமங்கந்தமுமில்லாததும், அப்பிரமேயமும் (அளக்கப்படாததும்), உவமையில்லாததும், தியானிக்கப்படுபொருளுக்கப்பாற்பட்டதும், சச்சிதானந்தமும், அநந்தமும், ஆத்துமாவுமாகிய பிரமத்தை (அந்தப்பிரமமே) நானென்று விசேஷமுக்தியின்பொருட்டுத் தியானிக்கவேண்டும். அன்றியும் "ஓர் பரமாத்வைதபாவமிருக்கின்றது. அதுவே ஆத்மாவென்பதாக எப்படி யெப்படி யெழும்புகின்றதோ, அங்கே சொரூபமாகவே பாவிக்கவேண்டும். அவ்வெல்லாப் பூதங்களிலும் சமதிருஷ்டியும் பாவிக்கவேண்டு" மென்று சித்தசித்தாந்தபத்ததியில் தியானலக்ஷணம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. இங்கே மூர்த்தித்தியானமென்னும் சகுணம், ஆத்மயதார்த்தத்தன்மை யென்னும் நிர்க்குணமென்று

(அ-ை) இதுவுமது.

நாதொகாரமஸ்காரமவ்யவிநவாமாராயதெ।
சுகாரமகாரமஸ்ய வியவ்யாயாயதெ கவிவ ॥

(இ-ள்) நாதம் அந்தாங்கமாகிய மனமென்னும் மானைக்க ட்டுவதில் (அதன் சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுப்பதில்) வலையைப் போன்றிருக்கின்றது. [வலைபந்தனத்தால் சாரங்கத்தின் (மானின்) சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுத்தல்போல நாதம் மனதின் சஞ்சலத்தன்மையைக் கெடுக்கின்றது என்பது பொருள்]. அந்தாங்கமாகிய குரங்கத்தை (மனதாகியமானை) க்கொல்லுதலில் (நாராவிருத்தியுண்டாதலைக்கெடுதலில்) வேடனைப்போன்றிருக்கின்றது. (வேடன் வலியினால் கட்டுப்பட்ட மிருகத்தைக் கொல்லுவதுபோல நாதமும் தன்னிடத்து ஆசக்தமாகிய மனைத்தைக் கொல்லுகின்றது என்பது பொருள்) என்று. (கூசு)

சுகாரமஸ்யயிவ நாவாஜிநஸ்ஸாரிவ்யாயதெ। நா
தொவைவிரவெதாதி.கரு வியவாபுரஷ்யிவொமிதா ॥

(இ-ள்) அன்றியும் அது யோகியின் அந்தாங்கமாகிய குதிரைக்கு வாசலிற் கட்டும் கட்டை அல்லது இருப்புச்சலாகை போன்றிருக்கின்றது. (குதிரைலாயத்தில் மூன்னால் போட்டிருக்கும் கட்டை அல்லது இருப்புச்சலாகை குதிரையை வெளியிற் போகாதபடி தடுக்கின்றது. அதுபோல நாதம் அந்தக்கர

இருவகைத்தியானம் சொல்லப்பட்டது. இவற்றுள் "மனது நிலைக்கும்பொருட்டு முதலில் ஸ்தூலவடிவத்தை விசேஷமாய்ச் சிந்திக்கவேண்டும். அதி (ஸ்தூலத்தி)ல் நிலைத்த மனது சூட்சுமத்திலும் நிலை பெறும்" என்னும் கருடபுராணவாக்கியத்தால் முன்னர் சகுணமும் பின்னர் நிர்க்குணமும் முறையே அப்பியசிக்கத்தக்கனவாம். இக்கருத்தேபற்றி இந்நூலாசிரியர் நாதானுசந்தானத்தை விசேஷமாகக் கூறினர். இப்படியப்பியசிக்கும் புருஷனுக்கு மகாத்மாவிற்குக் கிரமமாக வேதாந்த விஞ்ஞானமுண்டாகும். இதிற்சந்தேகமில்லை.

ணத்தை வெளியிற் போகாதபடி தடுக்கின்றது) ஆகையால் நாதத்தின் உபாசனை யோகிகளாற் பிரதிதினமும் ஆசரிக்கத்தக்கதேயாம். எ-று. (கூடு)

(அ-கை) இதுவுமது.

வைசம்விதீ-க்ஷவாஞ்ஞயு॰ நாதமயகஜாரணாக் | ச
நிர்வார உசாவ்ரொதி நிராலம்வொவ்ரு மெவடமழு ||

(இ-ள்) மனமென்னும் பாதாசம் நாதமென்னுங் கந்தகத்தோடு சேர்த்தலால் கட்டப்பட்டு (நாதமொன்றிலேயே ஆசக்தியுடையதாய்), அதனாலேயே சஞ்சலத்தன்மை (அநேக விஷயாகார விருத்திப் பரிணமம்) நீங்கி, நிராலம்ப (நிரம) மென்னும் அபரிச்சின்ன ஆகாயத்திற் செல்லுதலை [நதாகார (அதே வடிவமாகிய) விருத்திப்பிரவாகத்தை] படைகின்றது. எ-று.

பாதாசம் கந்தகசம்பந்தத்தால் கட்டுப்பட்டு (குளிகைவடிவமாய்)ச் சஞ்சலம் நீங்கி, ஆகாயகமனத்தைச் செய்விப்பது போல, நாதத்தால் கட்டுப்பட்டமனமும் அவிச்சின்னமாகிய நிரமாகார விருத்தியைச் செய்விக்கின்றது என்பது பொருள். ()

(அ-கை) இதுவுமது.

நாதஸ்ரவணதஃகரி உணாமமந-ஸ்ரஃ॰ | விஷ்ய
க்ரவ்ரு-ஸ்ரதிகோஸ்ரஃ॰ கு-த விஸ்ரவ்ருத்தியாவதி || ||கூஎ||

(இ-ள்) நாதஸ்ரவணத்தால் சீக்கிரமாய் மனமென்னும் சர்ப்பம் எல்லாவற்றையும் மறுத்து எகாக்கிரமாய் (நாதாகாரவிருத்திப்பிரவாக முடையதாய்) எங்கும் (வேறு விஷயங்களில்) ஓடுகிறதில்லை. எ-று.

சர்ப்பம்போல சபலமுடையதாயும் நாதத்திற் பிரியமுடையதாயு மிருத்தலால்; மனதைச்சர்ப்பமாக உருவகம் பண்ணினார். நியானத்திற்குப் பிரிய மேலைகங்களால் தவிரவு

வகுவுநாஹீநம் வூஷ்வபூ ஹணஃஹிபஃ । ஶஷஸாஜ்ஞா நநிஷ்டாஶுஃ ஸஶாயிஷ்ஷுஸ்ஹியீபதெ । அதன் (ஸமரூபாதி) கற்பனையின்றிய சொரூபக்கிரகணம் எதுவோ, அதுவே* மன தின் தியானத்தால் சம்பாதிக்கப்படும் சமாதியெனப்படும்" என்று விஷ்ணுபுராணத்திற் கூறிய இலக்ஷணமுள்ளதும், "தத்ஸ்வாயூஶாத்ரநிஷூஸாலம் வூஷ்வபூஷ்ம நுஜீவஸாஶாயிஃ । அந்தத்தியானமே: பிரத்தியய சொரூபமில்லாததுபோல் தியானிக்கப்படும் வஸ்துமாத்ரமாய் விளங்குதல், சமாதியெனப்படும்" என்று பாதஞ்சலசூத்ரத்திற் கூறிய இலக்ஷணமுள்ளதுமாகிய சம்பிரஞ்ஞாதலக்ஷண * சமாதிசொல்லப்பட்டது. (கூள)

---

* அநேக சுருதிகளிற் சொல்லப்பட்டிருக்கும் சமாதியிலக்கணம் வருமாறு:—

(க) திரிபுடியில்லாத பரமாநந்த சொரூப சுத்தசைதன்னிய வடிவமாகிய ஜீவாத்துமபரமாத்துமஜக்கியாவஸ்தை, சமாதியெனப்படும்.

நித்தியமும் எல்லாவற்றினுமுள்ளதும், தோஷங்களில்லாததும், கூடஸ்தருமாகிய ஆத்மா ஒன்றுயிருந்துகொண்டு, மாயை மயக்கத்தால் பேதப்படுகின்றது. சொரூப (வாஸ்தவ)மாகப் பேதப்படுகிறதில்லை. ஆகையால் அத்வைத மொன்றேயுள்ளது; பிரபஞ்சமுமில்லை; சம்சாரமுமில்லை. எப்படி ஆகாயமொன்றே கடாகாயம் மடாகாயமெனப்படுகின்றதோ, அதுபோல ஆத்மாவொன்றே பிராந்தர்களால் ஜீவாத்மா பரமாத்மாவென இரண்டு வகையாகச் சொல்லப்படுகின்றது. நான் தேகமல்லன்; பிராணனல்லன்; இந்திரியங்களல்லன்; மனமல்லன்; சாட்சி சொரூபமாயிருத்தலால் கேவலசிவமேயான் என்னும் புத்தியெதுவோ, அதுவே இங்கே சமாதியெனப்படுகின்றது.

தியானிக்கிறவன் தியானமென்னுமிரண்டையும் விட்டு, காற்றில்லாவிடத்துள்ள தீபம்போல தியானிக்கப்படுபொருள் ஒன்றைமாத்திரம் விஷயம் செய்யும் சித்தம், சமாதியெனப்படும்.

நானே பரப்பிரமம்; பரப்பிரமமே நானென்னும் நிலை, சர்வவிருத்தி நிரோதகமாகிய சமாதியெனப்படும். செவ்வையாகத் தியானத்தை

மாடோபாகப்பிரதிபிகை.

(அ-ஸை) இதுவுமது.

கா வை வை வகி ழி கா வ ழி ஃ கா லை ஹ ஸ ஹ ஸ ா ஷ் கி!
நா லை வை வகி ழ் கஜ் நி ஞ் ஞ நா லை ந ஸ ஹ ஸ் ப லை ஞ் ஞ ॥

மறத்தலும், சமாதியெனப்படும். பிரபாசூனியமும், மனசூனியமும் புத்திசூன்யமும் நிராமயமும் சர்வசூனியமுமாகிய நிராபாசம், சமாதியெனப்படும். ஊர்த்துவ (மேல்) பூரணமும் அதோ (கீழ்) பூரணமும் மத்திய பூரணமுமாகிய சிவசொரூபம், பாரமார்த்திகசமாதியாம். உத்தான (எழுகின்ற) சமஸ்காரங் (வாசனை)களின் தடையும், நிரோத (அடங்குகின்ற) சம்ஸ்காரங்களின் பிரகடதன்மையுமான அந்தக்கரணத்தின் ஏகாக்கிரத்தன்மையாகிய பரிணமம், சமாதியெனப்படும். அச்சமாதி, சவிகற்பசமாதி நிருவிகற்பசமாதியென் றிருவகைப்படும். அவற்றுள் சவிகற்பசமாதி, திருசியானுவித்தம் சப்தானுவித்தமென இருவகையாம். இருவகைச் சவிகற்பமும் நிருவிகற்பமுமாகிய இம்மூன்றும் ஆந்தரம்பாஹ்யமென்னும் வேறுபாட்டால் அறுவகைப்படும்.

ஞாதா ஞானம் ஞேயமென்னும் திரிபுடித்தோற்றத்தோடு அத்துவிதியப் பிரமத்தில் அந்தக்கரணவிருத்தி நிலைத்தல், சவிகற்பசமாதியெனப்படும்.

"மூக்குண வடிவமாகிய அந்தக்காணத்திற்கும், அதன் மூன்று விதபரிணம (விகார)மாகிய சாந்தகோரமூடவிருத்திகளுக்கும் 'நான் என்றும் சாட்சியாயிருக்கிறேன்' அவற்றுள் நான் அநுசூதமாயிருத்தலால்" என்னும் வடிவினதாக நிரந்தரமுண்டாகும் சித்தவிருத்தியின் பரிணமம், திருசியானுவித்தசவிகற்பமாம். முமூக்ஷுக்களால் திருசியத்தையவலம்பித்துச் செய்யப்படுவது, திருசியானுவித்தமாம்.

'நான் அசங்கன், அத்விதிய சொப்பிரகாசன்' என்னும் வடிவினதாக நிரந்தரமுண்டாகும் சித்தவிருத்தியின் பரிணமம், சப்தானுவித்த சவிகற்பமாம். அசங்கமுதலிய சப்தத்தையவலம்பித்துச் செய்யப்படுவது, சப்தானுவித்தமாம்.

மூற்கூறிய இருவகை விருத்திப் பிரவாகங்களின் நிரோதத்தோடு சித்தம் பிரமவஸ்துவில் நிலைத்தல், நிருவிகற்பசமாதியாம். இம்மூன்றும் ஆந்தரமாம். இப்படியே சூரியன்முதலிய வெளியாலம்பனத்தில் மூற்கூறிய மூன்றுவித சமாதிகளையும் செய்தல், பாஹ்யமாம்.

(இ-ள்) கட்டையிற் பிரவர்த்திக்த அக்கினி கட்டையோ டு சாந்தமாவது (சுவாலைவடிவத்தை விட்டு தன்மாத்திரை வடி வமாக நிற்பது) போல நாதத்திற் பிரவர்த்திக்த சித்தம் நாதத் துடன் இலயமாகின்றது. (ராஜத தாமதவிருத்திகளின் நாச த்தால் சத்துவமாத்திரசேஷமும் சம்ஸ்காரசேஷமும் மூண்டாகி ன்றது). எ-று.

அது மைத்திராயணீய மந்திரத்திலும் "யதா நிஸிக்யெ நா வஹ்நிஃ ஸ்வயொநாவ-வஸாசேத்| கயாவ்த்திக்ஷ்யாஜ்ஜ்ஞ ஸ்வ யொநாவ-வஸாசேத் ||எப்படி விறகில்லாத அக்கினி தனது காரணத்தில் இலயமாகின்றதோ, அதுபோல் விருத்தி நசித்த லால் சித்தம் தனது காரணத்தில் இலயமாகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (கூ அ)

(அ-கை) இதுவுமது.

வ்யுட்தாநி நாமவஸ்தாஸு தாஸு தாஸ்வநுபாதிபி: |
ப்ரஹ்மணஸ்தாவ-தாரம்ஸ்தாந்யாந ப்ரவிணெஷ்யதி ||

(இ-ள்) பாணத்தைப் பூட்டுதலில் (பாணத்தைப்போல்

அச்சவிகற்பசமாதியையே சபதாநுவித்தம் சப்தாநநுவித்தமென இரண்டு வகையாகவும் கூறுவர். 'அகம்பிரமாஸ்மி' என்னும் சப்தத் தோடு அநுவித்தம் (கூடியது), சப்தாநுவித்தம். அந்தச் சப்தமில்லா தது, சப்தாநநுவித்தம்.

அன்றியும் சமாதி, சம்பிரஞ்ஞாதம் அசம்பிரஞ்ஞாதமென இரண்டு வகையாம். அவற்றுள் விஜாதீயப்பிரத்தியயவிருத்திகளின் அந்தராயமி (மறைப்பி)ன்றியதைலதாரையைப்போல இடையில்லாதசஜாதீயப்பிரமா காரவிருத்திப்பிரவாகம், சம்பிரஞ்ஞாதசமாதியாம். சகல விருத்திகளின் நிரோதத்தோடு சித்தம் நிருவிகற்ப பிரமாகாரமாக நிலைத்தல், அசம்பிரஞ் ஞாதசமாதியாம் இவற்றுள் சம்பிரஞ்ஞாத சமாதி இந்நூலின் கூ-வது சுலோகமுதல் நாலுசுலோகங்களாலும் அசம்பிரஞ்ஞாதசமாதி கூஅ-வது முதல் ஐந்து சுலோகங்களாலும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

வேகமாய்ச் செல்லுவதாகிய வாயுவைச் சுழுமுனை மார்க்கமாகப் பிரமரந்திரத்திற் சேர்த்தலில்) சாமர்த்திய மிருந்தால் கண்டாதி (மணி, சங்கு, மத்தளம், உடுக்கை, துந்துபி, மேகமுதலியவற்றின்) நாதங்களில் பற்றியிருத்தலால் நிச்சலமாகிய அந்தக் காரணமென்னும் மானைக் கொல்லுதல் (காரணவிருத்திகளைப் பிரதிபந்தித்தல்) சுகமாய்ச் செய்யக்கூடும். என்று. (கூசு)

(யு-ரை) இதுவுமது.

சதாஹ தவ்யஸ்ஹ்வ்ய) ஷ்ரவ்யவ்ய நிபுஉவ்யவ்ய தே । ஷ்ர
வ்யஸ்ய புகம்ஜ்ஞாய ஜ்ஞேயவ்யாஸ்ய புகஜ்ஞ: । ந
ஷ்ருத்வ்யுபயாதி கதிவ்ஷ்ரோத்ரவ்யதிஷ்டி ॥ கூ0 ॥

(இ-ள்) அநாகத சப்தத்தின் எந்தத்தொனி கேட்கப்படுகின்றதோ, அந்தத் தொனிக்குள் ஞேயம் (சொற்பிரக்ரசை தன்னியம்) இருக்கின்றது. ஞேயத்திற்குள் மனமடங்கியிருக்கின்றது. (ஞேயாகாரத்தன்மை யடைந்திருக்கின்றது). அதில் (ஞேயத்தில்) மனம் லயமடைகின்றது. (பரவைாக்கியத்தால் சகல விருத்தி சூன்யமாகிய சம்ஸ்கார முண்டாகின்றது). அது விஷ்ணு (வியாபகமாகிய பரமாத்துமா) வின் பரம (அந்தக் காரண விருத்தியில்லாமையால் நிருபாதிகமாகிய) பத (சொரூப) மாம். என்று.

"வர்)தெமசிஷ்ணொர்யதிஹிரிதிவம் । யோகிகளாலடையப்படுகின்றமையால் பதமெனப்படுகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. (ஈ)

(அ-ரை) இதுவுமது.

காவதாகாஸவ்யாம்கவ்ய்ர பாவஹ்ஸ்ரோவ்யதஸ்ருதே ।
நிஸ்ரஹ்யம்தஸ்ருஸ்வாஹ வாசோவ்ருதிதீயதே ॥ கூ0ஈ ॥

(இ-ள்) எவ்வளவிலும் அநாகத சப்தம் கேட்கப்படுகின்றதோ, அவ்வளவிலும் (சப்தம் ஆகாயத்தின் குணமாயிருத்

தலால், அல்லது குணகுணிகளுக்கு அபேதமிருத்தலால்) ஆகாயத்தின் சங்சற்பமுண்டாகின்றது. மனதோடு சப்தம் விலயமாகுதலால் சப்தமின்றியது எதுவோ, அது பரப்பிரமமெனும் சொல்லிற்கு வாச்சியமான பரமாத்துமாவென்று சொல்லப்படுகின்றது. எ-று.

சகல விருத்திகளும் இலயமாகுங்கால் உண்டாகும் சொரூபஸ்திதி எதுவோ, அதுவே பரப்பிரமம், பரமாத்துமாவெனும் சப்தங்களால் சொல்லப்படுகின்றதென்பது கருத்து. (ஈக)

(அ-கை) இதுவுமது.

யத்ஹ்ருஹாஏவமவெண ஸ்ரூமபவிதஸ்ரத்தினவஹா !
யஜ்ஞகுவாவெஹாதிஸ்ரூகூரஃ ஸஹஸவகரவிஸ்ரூரஃ॥கஎ॥

(இ-ள்) நாதவடிவமாக யாதொன்று கேட்கப்படுகின்றதோ, அது சக்தியே. தத்துவங்களின் இலயத்தையுடைய நிராகாரம் எதுவோ, அதுவே பரமேசுவரன். (சகலவிருத்திகளும் நசிக்குங்கால் சொரூபாவஸ்திதியுடையது எதுவோ, அது ஆத்துமாவென்பது பொருள்). எ-று.

"கட்டையிற்பிரிருத்தித்த அக்கினி" யென்பவை முதலிய சுலோகங்களால் இராஜயோகத்திற்குப் பிந்திய பரியாயமாகிய அசம்பிரஞ்ஞாதசமாதி சொல்லப்பட்டது. (கஎ)

(அ-கை) இதுவுமது.

ஸவெதஹம்ஸயொவாயா ராஜயொமஹாஸுஷிஷயெ!
ராஜயொமஹாராஜபிஃவாராவஸ்ரூகாஸுவம்வகஃ॥கஅ॥

(இ-ள்) (ஆசனகும்பக முத்திரைவடிவமாகிய) ஹடயுபாயங்களும், (நாதாநுசந்தானம், சாம்பவிமுத்திரைமுதலிய) இலயவுபாயங்களுமாகிய யாவும் இராஜயோகத்தின் பொருட்டுச் சொல்லப்பட்டன. (மனதின் சர்வவிருத்தி நிரோத லக்ஷணம்

மாகிய) இராஜயோகத்தையுடைய புருஷன் காலனை ஜெயித்தவ னாகின்றான். எ-று. (கூ0)

(அ-ரை) இதுவுமது.

தக்ஷ்மைஜம்ஹம்ஃக்ஷேத்ர ளஉஊஷீ நயஃஜயம்தி ஹிஃ|
உந்நீகயுதிகாலஉ வாவவ்வதஃதெ ॥ ॥ கஃச ॥

(இ-ள்) தத்துவ (சித்த) மாகிய பீஜம், ஹட (பிராணபா னைக்கியலக்ஷணமாகிய பிராணயாம) மென்னும் க்ஷேத்திரம், ஔதாசீன்யம் (பாவைவாக்கியம்)என்னும் ஜலம் ஆகிய இம்மூன்றினாலும் உன்மனியென்னும் கற்பகக்கொடி உடனே யுண்டாகின்றது. எ-று

பீஜத்தைப்போல் உன்மனியவஸ்தையென்னும் மூளைவடிவ மாகப் பரிணமிப்பதாயிருத்தலால், சித்தத்தைப் பீஜம்(வித்து) என்றார். க்ஷேத்திரத்தி (பூமியி)ற்போல பிராணயாமத்தில் உன்மனி(அசம்பிரஜ்ஞாத அவஸ்தை)யென்னும் கற்பகக்கொடி யுண்டாகுதலால் ஹடத்தை க்ஷேத்திரமென்றார். அக்கொடியி னோற்பத்திக்குக்காரணமா யிருத்தலாலும், பாவைவாக்கியத்தை யேதுவாகவுடைய சம்ஸ்காரவிசேஷம் சித்தத்தின் அசம்பிரஜ் ஞாதமாமென்பது அதன் இலக்ஷணமாயிருத்தலாலும், பாவை வாக்கியத்தை ஜலமென்றார். சகல இஷ்ட சித்திக்கும் சாதனமா யிருத்தலால், உன்மனியைக் கற்பகக்கொடி யென்றார். (கூச).

(அ-கை) இதுவுமது.

வஷாநாஷாந-ஷ்யாநா தீயம்தெவாவஷ்யவ
யாஃ| நிரஞ்ஜநவிஷ்யதெநிஷ்டிதம் வித்தீரா-தள ॥

(இ-ள்) எப்போதும் நாதாநுசந்தானஞ்செய்தலால் பாவ க் கூட்டங்களெல்லாம் நசிக்கின்றன. மனமும் பிராணனும் நிச் சயமாகவே நிரஞ்சனத்தில் (நிர்க்குணமாகிய சைதன்னியத் தில்) இலயமுடையனவ களாகின்றன. எ-று. (கூ0)

(அ-கை) உன்மனியவஸ்தையை யடைந்த யோகியின் ஸ்திதியைக் கூறுகின்றார்.

ஶம்வஉ-ந-ஹி நாஉ0வ ந ஶ்ரணோதிகூஉ வ ந lகா
ஷவஜ்ஜாயதெதஉஹ உந்ந நுவஷ்யாய்ர-வ0 ॥ l க0சு ॥

(இ-ள்) சங்குதுந்துபிகளின் நாதம் ஒருக்காலத்திலும் கேட்கிறதில்லை. உன்மனியவஸ்தையால் தேகம்(அசைவற்றி ருக்தலால்)நிச்சயமாகவே கட்டையைப்போ லாகின்றது.எ-று.

(அ-கை). இதுவுமது.

ஸவ-ூவஷ்ஷாவிநிஉ-ந-க்தா lஸவ-ுவிம்தாவிவஜி-ுகஃl
உ்ரதவத்திஷ்டெதயொகீவஶி-தெக்தா நாத்ரஸ0ஶயஃ ॥ க0எ॥

(இ-ள்). எந்த யோகி(சகலவிருத்தி நிரோதமாகிய யோக த்தையுடைய துரியாவஸ்தையடைந்தவன்) சகல (ஜாக்கிரம், சொப்பனம், சுழுத்தி, மூர்ச்சை, மரணமென்னும் ஐந்து)அவஸ் தைகளினின்றும் விடுபட்டவனுய் எல்லா நினைவுகளும் நீங்கி மரி த்தவனைப்போல விருக்கின்றனே, அவன் ஜீவன்முக்தனென்று கொண்டே முக்தனுகின்றன். எ-று

சகலவிருத்திகளும் நிரோதமாகுங்கால் ஆத்துமாவின்சொ ரூபமாக நிலைத்தலால் முக்தனுகின்றன். அது பாதஞ்ச லசூத்திரத்தில் "ததாத்ருஷ்டுஃஸ்வரூபவஸ்தானம் ॥ அப்போ து (விருத்திநிரோதமாகுங்கால்) திருஷ்டாவாகிய சேதனத்தின் சொரூபத்தில்நிலையுண்டாகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக் கின்றது. க0எ

(அ-கை). இதுவுமது.

வாஉ்யெதநவகாவெந வொயு்யெதநவகுஹ்ணா l
வாயு்யெதநவகெநாவி யொகீபரமாயிநா ॥

(இ-ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகி காலனை விழுங்

கப்படான். (செய்யப்பட்ட சுபாசுப) கர்மங்களால் பாதிக்கப்படான். (ஜனனமரணநிகளுண்டாதலில் கிலேசப்படான்.) எதனாலும் (வேறு புருஷரலாயினும் அல்லது யந்திர மந்திர முதலியவற்றாலாயினும்) சாதிக்கப்படான். என்று.

கர்மங்களால் பாதிக்கப்படானென்பது பாதஞ்சல சூத்திரத்தின் சமாதிப்பிரகரணத்தில் "ககஃஷ்ணாகஃ-க்லிஷ்டாஃ" அதனால் (சமாதிலாபத்தால்) அவித்தையாதி கிலேசங்களும் சுபாசுபகர்மங்களும் முற்றிலும் நிவர்த்தியாகின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. க0அ

(அ-கை) இதனையுமது.

நமஃபரமர்ஷிப்யோ நமஃபரமர்ஷிகாப்யஃ நமோ | நா
ராயணாய கபிலாய-ஃஷ்ணவே ஸுரேஷாய ||

(இ-ள்) சமாதியோடுபொருந்திய யோகநற்கந்தர்க்கங்களையும், (திருத்திப்பு, புனிப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு, உவர்ப்பு, கவர்ப்பென்னும் அறுவகை) இரசங்களையும், (செம்மை, கருமை, வெண்மை, பொன்மை, பசுமை, புகைமை, சித்திரமென்னும் எழுவகை) உருவங்களையும், (சீதம், உஷ்ணம், உஷ்ணசீதமில்லாஷ்ணமென்னும் மூவகை) பரிசங்களையும், (சங்கு தர்ப்பபிரமுகமிய பாகியாக்கள) நாதங்களையும் ஆக்துமாவை (தேகத்தை)யும், பிரகிருதியையும் அறிபவன். என்று

ஆக்துமாவென்பது தேகத்திலும் இந்திரியத்திலும், ஜீவனிலும் சுபாவத்திலும் பரமாக்துமாவிலும் வருமென்பது அமரம் (நிகண்டு) க0சு

(அ-கை) இதனையுமது.

நிர்க்ரமாய நமஃ-ப்ரமாதாய நமஃ ப்ரகாஷிகாயை ப்ரகாஷினே நமஃ |
நமோ ஸுஷுப்தாய நமஃ ஸ்வப்னாயாஷ்டாவஷ்டகாய நமஃ ||

(இ-ள்) எவனுடைய அந்தக்காணம் சுழுத்தியடையாத தாயும், ஜாக்கிரமில்லாததாயும், நினைப்பு மறப்பில்லாததாயும் நாசமில்லாததாயும், உற்பத்தி யில்லாததாயு மிருக்கின்றதோ, அப்படிப்பட்ட இவன் ஜீவன்முக்தனே. எ-று.

திரிகுணமாகிய அந்தக்காணத்தில் எப்போது சாத்விக இராஜதங்களையடக்கிச், சகலகாணங்களையும் ஆவரிக்கும் (மறைக்கும்) தமசு ஆவிற்பாவமாகின்றதோ, அப்போது அந்தக்காணத்திற்கு விஷயாகார பரிணாமமில்லாமையால், அது சுழுத்தியெனப்படுகின்றது. ஆவரிக்கும் தமசு இல்லாமையால் சுழுத்தியடையாததென்றார். இந்திரியங்களால் அர்த்த (விஷய) க்கிரகணமில்லாமையால் ஜாக்கிரமில்லாததென்றார். விருத்திசாமானிய மில்லாமையாலும் உற்போதகம் (விழிப்பு) இல்லாமையாலும், நினைப்பில்லாததென்றார். ஸ்மிருதியநுகூல சம்ஸ்காரமில்லாமையால் மறப்பில்லாத தென்றார். சம்ஸ்காரசேஷமாகிய சித்தமிருத்தலால் நாசமில்லாதென்றார். விருத்தியுற்பத்தியாகாமையால் உற்பத்தியில்லாதென்றார். (கக0)

(அ-கை) இதுவுமது.

நவிஜா நாகிஸீ தாஷ்டம் நஷ்வோ நஷ்வோ தயா | நரா நரா நாவரா நரா நயொபீய-க்ஷயோயி நா ॥

(இ-ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகி சீதோஷ்ணபதார்த்தங்களையும், துக்கத்தை யுண்டாக்குகின்ற பிறாற்செய்யப்படும் அடிமுதலியவற்றையும், சாபி(வாசனையுள்ள)சந்தனமென்னும் பூசுகல்முதலிய சுகசாதனத்தையும், மானத்தையும், அவமானத்தையும் அறியான். எ-று. (கக்க)

(அ-கை) இதுவுமது.

வஷ்ஷொஜா ஹ வஷ்ஷாயாம் வஷ்வெவ வெஷ்வ தீஷ்ட
தெ | நிஷ்ஷா வொ வ்ஹாவ ஹி நஷ்ட நிஷ்ட தரி-க்ஷவ வஷ்ஷ ॥
ஷ ஷ

(இ-ள்) சுவஸ்தனுய் (பிரசன்னமாகிய இந்திரிய அந்தக் காணங்களுள்ளவனுய்), உசுவாச நிசுவாசமில்லாதவனுய்,(செப்பன சுழுத்திகளின் நிவர்த்தியாகிய) ஜாக்கிராவஸ்தையில் தூங்குகிறவனைப்போல் (காயேந்திரிய வியாபாரசூனியனுய்) இருக்கிறவன் எவனே, அவன் நிச்சயமாக ஜீவன்முக்தனே. எ-று

சுவஸ்தன் என்பதனுல் மூர்ச்சை தந்திரை முதலியவை யில்லாமை குறிப்பிக்கப்படுகின்றது. ஜீவன்முக்தனது சொரூப தத்தாத்திரேயரால் * "நிமுணையுா நவஂவஸ்ஃவாயிம வதமிதாஸ்ஹுவெஸ் | நிநயாஸுகெஇெநவஸ்ஃவாயிஂவஸ்ஃவா நுயாஸ் | வாயஂநிரஂயுஃயாவீஜீவந்ஃகூரஹவெஜுவ ஂ || நிர்க்குணத்தியானமுள்ளவன் அதன்பின் சமாதியையும் அப்பியசிக்கவேண்டும். பன்னிரண்டு நாளிலேயே சமாதியைச் செவ்வையாய் அடைகிறன். மேதாவி வாயுவை நிரோதித்து நிச்சயமாகவே ஜீவன்முக்தனுகின்றன்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. (ககஉ)

(அ-கை) இதுவுமது.

கவயுஃவவுஸுவாணாஃஸுகுஃவவுஸுவுஹிநாஂ |
கூரஹெஉாஃஂதயஂதாணாஂயாபீபஂகவஸ்ஃவாயிநா ||

(இ-ள்) சமாதியோடு பொருந்திய யோகியானவன் சகல சஸ்திர (ஆயுத)ங்களாலும் கொல்லப்படான். எவர்களாலும் வெல்லப்படான். (வசீகரணம் மாரணம் உச்சாடனமுதலிய பிரயோசனமுள்ள) மந்திரயந்திரங்களாலும் வசீகரிக்கப்படான். எ-று

இப்படி நியோகத்தையடைந்த யோகிக்கு அநேக விக்கினங்கள் வருகின்றன. அவற்றை நிவர்த்திக்கும் பொருட்டு அவ

---

* இதனை யோகதத்துவோபநிஷத்து வாக்கியமெனினும் பொருந்தும்.

ற்றையறிய வேண்டியிருக்கலால், அவைகளும் காட்டப்படுகின்றன. தத்காத்திரேயரால், "ஆயுஸ்ஸுவேதமதிஹாவிஷ்ணுகீயஸ்ஸுகயுதே । வஜிவேதாக்ஷயஜதுர்வேதஸாமவேதஜ்ஞகீயொதிஜ்ஞ ஸ்தாயதம் । வதனயேதாயர்வாஜிஸ்ஸுர்வாதிதியொமவிஜ்ஞாவிஜ்ஞாஃ ॥ முதல் விக்கினம் ஆலசியமும், இரண்டாவது முற்கூறிய தூர்த்தர்கூட்டமும், மூன்றுவது மந்திரசாதனமும், நான்காவது தாதுவாதமுமாமென்று யோகவித்துக்கள் அறிகின்றனர்" என்றும், மார்க்கண்டேயபுராணத்தில் "உவஸமுராஃ ப்ரவதந்தெ ஜ்ஞவிஷ்ஹுர்தாதிபொதிநஃ । யெதாம்ஸ்தெஸம்ப்ரவக்ஷ்யாமி ஸித்தெஸ்தநிவொயதெ ॥ காயாஃக்ரியாஸ்தயாகாரம் தந்ஜ்ஞர்யொகஹிவாம்ஹகி । ஹ்ரிதொதாநஹமம்விஜ்யாம் தாயாம்கர்வ்யம் யதம் ஶிவம் ॥ தெவகும் கதிரொஸகும்ரஸாயதம் வயஃக்ரியாம் । தாந்ப்ரவதம் யஜ்ஞாஜ்ஞாவெஸதம்தயா ॥ ஸ்ரூஜா நாம்ஸவஃதா நாமஹயாநிநிபதாம்ஸ்தயா । தயொவவாஸ்துதஃதாஜ்ஞதெவதா ஹ்யஃ நாதவி ॥ கதியிஹ்யுஸ்துகதிஃஹ்ய உவஸ்ப்ரவக்ஷ்யாமி வாம்ஹகி । விஷ்ணுஃதம்ப்ரவதெதஃத யத்தாதெஜ்ஞாதீ நிவதஃ யெஸ் । ப்ரஜ்ஞாஸம்தீதநஃகர்வஃ நாஸலமெஃ ப்ரதாஸ்ய தெ ॥ யோகிகளுக்கு ஆத்துமாவைத்தரிசிக்குங்கால் எந்த விக்கினங்கள் பிரிருந்திக்கின்றனவோ, அவற்றையுனக்குச்சுருக்கமாய்ச் சொல்லுகிறேன் கேள். காமியக்கிரியைகளையும் அப்படியே காமத்தால் மனிதன் ஸ்திரீகள், தானபலம், வித்தை, வஞ்சகம், பொன்வெள்ளிக்கன்னியமான உலோகம், தனம், சுவர்க்கம், தேவத்துவம், அமரேசத்துவம்(இந்திரத்துவம்), ரசாயனம், வயசு, கிரியை, யாகம், ஜலத்திலும் அக்கினியிலும் பிரவேசித்தல் என்பவற்றையும், அப்படியே சாத்தத்தின் பலத்தையும், சகலதானங்களின் பலத்தையும், அப்படியே நியமங்களையும் இச்சிக்கிறான். அப்படியே உபவாசங்களாலு

ம், பூர்த்தங்களா (தடாகம் தண்ணீர்ப்பந்தல் நந்தனவனமு
தலியவை ஏற்படுத்தலா) லும், தேவதார்ச்சனைகளாலும், அ
திதிகளாலும், கர்மங்களாலும் உண்டாகின்ற விக்கினங்களை
இச்சிக்கிறான். இப்படி விக்கினங்களுண்டாகின்றன. அவற்
றை யோகி முயற்சியால் நிவர்த்திக்கவேண்டும். மனதை
ப்பிரமத்தோடு அசங்கமாக்கி (கூடாததாகச்செய்து) விக்கின
ங்களினின்றும் விடுபடுகிறான்" என்றும், பதுமபுராணத்தில்
யதெஹிரூம தாரூபெயநுகூஷிவ்யதெகஸவ்யஹிரோநஷம। த
தாஹ்ரதசிவாபூராதிவாரவ்ரஹ்மாதிஷ்யுபுஷம॥ எப்போது இ
வன் மனது இவ்விக்கினங்களால் சிதறவில்லையோ, அப்போது
மேல் அதிகர்லபமாகிய அத்தப்பரப்பிரமத்தை யடைகிறான்"
என்றும், யோகபாஸ்தரத்தில் "வாகுகிரூம்யுதிரோதும்வ்யுபோ
தீஷவெத நஷஷ்டிரூஃ। நிமுஷ்ணம்திநஷாயுர்யநுஷவஷ
மெமுஃ ப்ரிஷ்வ்யுதெத॥ வஷவம்பொமதிஷ்வாவஹீ நஃ ஷகுரூஷி
பெதிஷ்டுஹஃ। ஷிஷ்யுர்திவாஷநாகுர்ரூதீ ஜீவநுஷ்தெகூஹவெ
நுஷ்நிஃ। விஸ்ரஷவ்யுஷியாதெநாகூரூஃஷஷ்திவிஷ்டுபாஹ்யுதெநகுஷுஃ।
யுர்தெநந விஷ்ணுஷுரூபெர வுரூணீபாஹ்மியொதி நா॥
யோகி சாத்துவிகமாகிய தைரியத்தைப் பற்றிக்கொண்டு சத்து
வத்தால் நன்றாய் ஸ்திரமுடையவனாய் நிர்க்குணத்தை மனதி
னால் தியானித்தலால் விக்கினங்களினின்றும் விடுபடுகிறான். இ
ப்படி, யோகத்தை யுபாசிக்கின்றவனாய், இந்திராதிபதங்களை வி
ரும்பாதவனாய், * சித்திமுதலியவற்றின் வாசனையை விட்டவ

(*) சித்தியை விரும்பின் முக்தியையடையாரென்பதை,

"அரும்பெறல் யோக நன்கிற் கைவந் தோரவற்றின் மோகம்;
விரும்புறின் முத்தியெய்தார் வெறு வெளியதனிற்றோன்றும்;
பரம்பொருளாகுமென்னைப் பாவித்தோர் முத்தி சேர்வர்;
விரிந்திடு பிரமம் யானே யென மறைவிளம்புமன்றே."

என்னும் கூர்மபுராணவாக்கியத்தாற் காண்க.

ணையிருக்கும் முனி, ஜீவன்முக்தனாகின்றான். இன்னும் அநே க * விக்கினங்களிருக்கின்றன. அவை விரியு மென்னும் அச்ச த்தால் விடப்பட்டன. அவை சிவவிஷ்ணுக்களோத்தியானித்த லால் யோகியால் தள்ளத்தக்கனவாம்" என்றும் சொல்லப்பட்டி. ருக்கின்றன. (கசூ)

(அ-கை) யோகிகளல்லாதவர்களுக்கு ஞானமில்லையென் றுநிராகரித்து, யோகிகளுக்கே ஞானமுண்டாமெனக் கூறுகி ன்றார்.

யாவதெநவுவிஸதிவாநூா ரூதெதாதியுரோமது
யாவதி ஐ நுவதிஜுஹ்வாணவாதிவுவொயாஸ் ।
யாவதுரெஹஜுஹுஜுஹுஜுஹு

வடமோகப்பிரதிபிகை.

சுழுமுனையிற் சஞ்சரியாதவாயு அசுத்தமெனப்படுகின்ற
து. அது அமிர்தசித்தியில் "யாவஜ்ஜீவமுதானவாயு-ரிது
ழுவெறவெதவசியுமி | சுவிஜம்தம்விஜாநீபா யாயு-ரகிது
வஸாநு-ஹ ॥ எதுவரையில் வாயு நிச்சலமாய் வழியோடு சு
ழுமுனை மார்க்கத்தில் செல்லுவதாகவில்லையோ அதுவரையி
ல் கர்மவசமாய்ச் செல்லும் அவ்வாயுவை அசித்தமென்றறிய
வேண்டு"மென்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணவாயு ஸ்
திரப்பட்டால் விந்து ஸ்திரப்படுமென்பது முன் இந்நூலிற்
றனே "சநுவெஜ்ஜியுஜ்ஜிரோவாயு-ஜுவெதாவிநு-ரஜ்ஜி
ரோஹவெசு | மனது ஸ்திரமானால் வாயுஸ்திரமாகும், அது
ல் விந்துஸ்திரமாகும்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. வி
ந்து ஸ்திரமாகாவிடின் யோகிக்கு அசித்தத்துவ முண்டாகின்ற
து. அது அமிர்தசித்தியில் "யாவஉவெநாகவ்யுவிஜாகலள
நரஃ ஹாஹொரிகொசிதஃ ॥ யாவஉவதிஜெஹவெஜ்ஜா ர
வெஜெரவெஜ்ஜாஹவகஃ | சுவிஜம்தம்விஜா.நீபா நூரஜிவெ
ஜ்ஜாரிணம | ஜாரஜிணஹம்கீணஜ்ஜம ஹவஜ்ஜெரவெஜிர ஸ்ரு
பம ॥ எதுவரையில் தேகத்திலுள்ள பிரமவடிவமாகிய இரசே
ந்திரனென்னும் விந்து நெகிழ்(உருகு)கின்றதோ அதுவரையி
ல் அசித்தரெனிய இந்திரன் பத்த (கட்டுடையவ) ரெயினும் சு
ம்சாரியென்று மதிக்கப்படுகின்றன். ஜாரமாணத்தோடு கூடி
பவனும் சகல இலேசங்களுக்கு மாசிரயனும் அப்பிரமசாரியுமா
கிய அவனை அசித்தனென்று அறிக" என்று சொல்லப்பட்டிரு
க்கின்றது "ரொணவாதவ்வையாஸ்பிராணவாயுவைப் பிரபந்தி
த்தலால்" என்பது தேகலீதீப நியாயத்தால்(விந்து தத்துவமெ
ன்னும்) இண்டிடத்தும் பொருந்தும் (நடுநிலைத்தீபமாம்). வா
யுஸ்திரப்பட்டால் சித்தம் ஸ்திரமாமென்பது அமிர்தசித்தியி
ல் "யஜாஹளஸ்ரியவெதவாய-ரிதயுரோரியுவொமதஃ | த
ஜவிந-ஸ்ரவிதுறுதியவெதவாய-நாஹஹ ॥ எப்போது இ

க்தவாயு மத்தியமோகத்தால் கழுழுனையை ஆசையிக்கின்றதோ அப்போது விந்துவும் சித்தமும் வாயுவோடு மரிக்கின்றன" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சித்தம் ஸ்திரமாகாவிடின் ஆசித்தத்துவ முண்டாமென்பது அபிர்தசித்தியில் "யாவது வெநெ ெதவி தூ ொவொ ஹ ா ஸ ா தொ ஸ ஸ ஸ ட ா । சுஹிஜ ஸ தூ ஜீ ா ஜீ ா ஹி தூ ஸ கூ ஜி ஹ ா ண ா ஹி தூ ஸ ॥ எதுவரையில் சித்தம் பாகியாந்தவிஷயங்களிற் சஞ்சிக்கின்றதோ, அதுவரையில் கர்மத்தின் குணங்களைப்பற்றிய அந்தச்சித்தத்தை ஆசித்தமென்று அறிக" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. பிராணன் விந்து சித்தமென்பவற்றின் ஜயமில்லாவிடின் நாணமில்லாமையால் சம்சாரம் கடக்கத்தக்கதாகாது. அது அபிர்தசித்தியில் "ஸ ஹ ஸ ஸ ஸ ஸ ா ஸ ா । ஸ ஸ ஸ ஸ

மோகமுண்டாமென்பது குறிப்பிக்கப்பட்டது. அது அமிர்தசித்தியில் "பாசவஜ்ரா வஜ்ரபாசயோகே ஜாதே வஜ்ராசிமுத்கரா। யமாவிஷாயுதே தஷ்யா பஜ்ரஷ்யாவிஜ்ரபஜ்ரயம் । சம உபரி தாஷரா கிவ்ராயிம்வ்ரஜ்ரவைரோசநாம நமேசு । வஷ்ட ஹிபிசுரொஷ்டி தாநிஷ்ரவ்ரொசிஷ்டிரயகஜ்ரஃ । யமாவஜ்ரா ஹவெ ஜ்ரம்ரொஷ்டிதாவஜ்ரா தயா தயா ॥ வாயு எந்த அவஸ்தையை யடைகின்றதோ, அந்த அவஸ்தையை விந்து யடைகின்றது. வாயு எப்படிச் சாதிக்கப்படுகின்றதோ, அப்படியே விந்துவும் சாதிக்கப்படுகின்றது. மூர்ச்சிதம் வியாதியைக் கெடுக்கின்றது. விருத்தம் கேசரத்(ஆகாயத்திற் செல்லும்) தன்மையைத் தருகின்றது. மீணம் சர்வசித்திகளையும் தருகின்றது. நிச்சலம் முக்தியைத் தருவதாகின்றது. விந்துவின் அவஸ்தை எப்படி எப்படி யுண்டாகின்றதோ, அப்படி அப்படியே சித்தத்தின் அவஸ்தையுமுண்டாகின்றது" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. அப்படியானால் "யொ மாஜ்ஞயொ யொ யொ வெ தாஜ்ரா நாணரொ ஸ்ரொ யொவியி தயா । ஜ்ரா நகி ஜ்ரவஜ்ரி ஜ்ரவ தாவா யொ ஸ்ரெ நா ஸ்ரிகூ தயி ॥ தர்களின் சிரேயசை விதிக்கக் கருதிய என்னை ஞானம் கர்மம் பக்தியென்று மூன்று யோகங்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இவற்றிற் கந்தியமாகிய உபாயங்கள் தனிடத்தமிக்கில" என்று பகவானால் சொல்லப்பட்ட மூன்று மோகூவுபாயங்களிருக்க யோகமே மோகூபாயமாமென்பது எப்படியாமெனின், அப்படியல்ல; அனைகள் யோகாங்கத்திலடங்கியிருக்கலால். அப்படியே "கூ தாவா கொர ஜ வஜ்ரவ்ரொ தவெ ரூ ஜ்ரவெ ரோ ஜ்ரி ப ரா வஜ்ரி தவ்ரஃ ॥ ஏ! மைத்திரேயி! ஆத்மாவானது பார்க்கத்தக்கதும், கேட்கத்தக்கதும், மனனஞ்செய்யத்தக்கதும், நிதித்தியாசனஞ் செய்யத்தக்கதுமாம்"

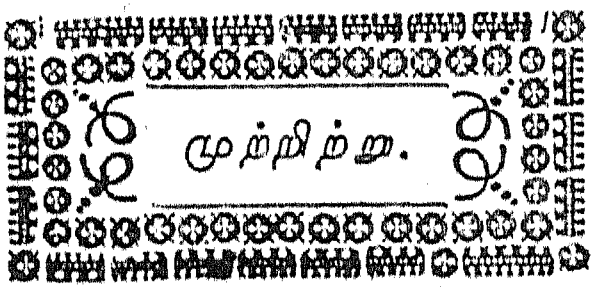
என்னும் சுருதியால் பரமபுருஷார்த்த சாதனமாகிய ஆத்மசாட்சாத்காரத்திற்கு எதுவாக சிரவண மனன நிதித்தியாசனங்கள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் சிரவணமனனமிரண்டும் நியமத்துள்ளடங்கிய சுவாத்தியாயத்தில் அடங்குகின்றன. நியமவிவரணத்தில் யாஞ்ஞவல்கியரால் "ஸிஜா ஹ்ரு வணஂவெ ராகூஂவெஷாஜ்ரு வணஂபே-யெஃ ॥ சித்தாந்த சிரவணமென்பது வேதாந்தசிரவணமாமென்று விவேகிகளாற் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது" என்று வெளிப்படையாகவே சிரவணத்திற்கு நியமத்தில் அடக்கம் கூறப்பட்டிருக்கின்றது. "கூயீ தூவெஷஂஸ்மாத்ரு வா வே-ராணஂவெஸ்தி ஹாஸ்கூஂ | வெஷ்டயூய நஂயஜ்ஞஸ்வாஹ்யாவொ ஜவஜ்ஞுதஃ ॥ வேதத்தையாவது சூத்திரத்தையாவது இதிகாசங்களோடு புராணங்களையாவது அத்தியயனம்செய்து, பதங்களில் அத்தியயனஞ்செய்தலாகிய சதாப்பியாசம் (இடைவிடாப்பழக்கம்) ஜபமெனப்படும்" என்று யுக்திகளால் அவாதம் சித்திக்கும் இலக்ஷணமுடைய சதாஅப்பியசிக்கும்வடிவினதாகிய மனனத்திற்கும் நியமத்தில் அடக்கம் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. விஜாதியபிரத்தியயத்தை நிரோதித்தல்பூர்வக சஜாதியபிரத்தியயப்பிரவாகரூபமாகிய நிதித்தியாசனமானது சொல்லப்பட்ட இலக்ஷணமுள்ள தியானத்தில் அடங்கும். அதுவும் அதன் பரிபாகவடிவமாகிய சமாதியால் ஆத்மசாட்சாத்காரவாயிலாக மோக்ஷத்திற்கு ஹேதுவாம். ஈசுவார்ப்பண புத்தியாக நிஷ்காமகர்மத்தை யநுஷ்டித்தலாகிய கர்மயோகம் "தவ்வாயூயமெஸ்ரா வணீயா நாமிதி யாவொமஃ ॥ தவம் சுவாத்தியாயம் ஈசுவரப்பிரணிதானம் என்பவை கிரியாயோகம்" என்று பாதஞ்சல சூத்திரத்திற் கூறப்பட்ட நியமத்திற்குட்பட்ட கிரியாயோகத்திலடக்கும். அவற்றுள் தவம் ஈசுவாகீதையில் "உவவாஸவ்ரராகூஹ்யூ தூவா ஹ்ரு ரயஸ்வ ஜிஹ்மஃ | ஸரீரவொவாடணஂவெ ராஹ்ரு வஸ்ய

வஹாஸைவைஉகுசிம ॥ * பரம கிருச்சிர சாந்திராயணமுதலிய விரதங்களால் சரீரத்தை உலர்த்துதல் உத்தமதவமென்று தவ முடையோர் கூறுவர்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. சு வாத்தியாயமும் அதில் (ஈசுவரகீதையில்) “விஷாஜஸ கரு- ஹீயவை ணவா நிஜவைவை-யா: | ஸுகஸ-ஜிகுரு0வை-0வாஸ வாயுரய0வைரிவக்ஷிதை ॥ வைதாந்தம் (உபநிஷத்து) சதரு த்திரீயம், பிரணவமுதலியவற்றின் ஜபத்தைப் புருஷர்களுக குச்சத்துவ(அந்தக்கரண) சுத்தியைத்தரும சுவாத்தியாயமா மென்று விவேகிகள் கூறுவர்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஈசுவரப்பிரணிதானமும் அதில் (ஈசுவரகீதையில்) “ஸ-கிஸுர ணவ-ஜுஜாதிவ-ருஜூ நிஷ்காயகூசி-ருஹி: | ஸ-ந்ரூயாஹவிஷுகி ரெதந்ரீஸரவை-ஜுஜ்ஞ0 ॥ வாக்கு மனம் காயம் என்பவற்றின் கர்மங்களாகிய ஜபம், ஸ்துதிபாடல், பூஜை யென்பவற்றால் மிக நிச் சலமாகிய பக்தி யுண்டாகின்றது. இது ஈசுவரபூஜனமாம்” என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. கிரியாயோகமும் பரம்பரை யாகச் சமாதியினால் ஆத்மசாட்சாத்காரமாயிலாகவே மோகூத் தற்கு ஏதுவாமென்பது “ஸகாயிஸாவநாயுஜ: ஸுஸ-த நஸுகரணாயுஜ்ஞ ॥ சமாதிபாலனையின் பொருட்டும் கிலேசத் தைக் கெடிக்கும் பொருட்டுமா” மென்னும் அதற்க சூத்திரத் தால் பதஞ்சலிபகவானால் ஸ்பஷ்டமாக்கப்பட்டிருக்கிறது. “ஸ ஜுவிதவைவுவிதமேஷவஸாகாரஸிதஸுகரணாயிஜ்ஞதிஜ்ஞ ॥ பஜிக்கிறது=இதனால் அந்தக்கரணம் பகவதாகார(வ டிவ)மாகச்செய்யப்படுகிறது. அதனால் பக்தியெனப்படும்” என்றும் காணவிற்பத்தியால்(சொல்லிலக்கணத்தால்), “ஸ்ரவண0 கீ தந0விஷ்ணோஸ்மரண0பாதஸேவந0 | அர்ச0வந்தன0 தாஸ்யஸக்யமாத்மநிவேதந0 ॥ சிரவணம், கீர்த்தனம் விஷ்

(*) பராகமுதலியவற்றின் இலக்கணம் பராசரஸ்மிருதியிற் காண்க.

ஸ்மரணம், பாதசேவனம், அர்ச்சனம், வந்தனம், தாஸ்யம் (அடிமைத்தன்மை), சக்யம்(தோழமை), ஆத்மநிவேதனம்" என்று ஒன்பதுவிதமாகச்(பத்மபுராண முதலியவற்றிற்)சொல் லப்பட்ட சாதனபக்தி சொல்லப்படுகின்றது. அது (சாதனப க்தி) ஈசுவரப்பிரணிதான வடிவமாகிய நியமத்தில் அடங்குகிற து. அதுவும் சமாதிக்கு ஏதுவாமென்பது பதஞ்சலிபகவானால் "ஈஶ்வரப்ரணிதானாத்வா அல்லது ஈசுவரப்பிரணிதானத்தால்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஈசுவரவிஷயகமாகிய பிரணி தானமென்னும் பக்தி விசேஷத்தால் சமாதிலாபம் (சமாதிபல ம்) உண்டாகின்றதென்பது சூத்திரத்தின் பொருள். ஸஜநநிமித்த காரணஸ்ய ஸமவதாகாரதாரூபோஹக்தி:- பஜனம்=ஆந்தக்கர ணம் பகவதாகாரமாதல் பக்தியென்னும் பாவவிற்பத்தியால் பிரயோஜன வடிவமாகிய பக்தி சொல்லப்படுகின்றது. அது வே பிரேமபக்தியெனப் படுகின்றது. அதன் இலக்ஷணம் நா ராயணதீர்த்தரால் "ஸ்வே ஸ்வேதியோ மஹ- ஈஶ்வரவிஷயிகாரதி கூடஸ்வரூபாநுகாதாத்மிகாஸ்வாஸ்ரயவ்ருத்தி:" ஈசு வர சாஸ்த்ரவிந்தத்தை விஷயிக்கும் ஏகாக்ரமாகிய அந்தக்ய ப்பிரேம (பிரிய)ப் பிரவாகமாகிய அனவச்சின்னம் (இடையின் மை) பிரேமபக்தியோகமாம்" என்று சொல்லப்பட்டிருக்கின்ற து. மதுசூதனசரஸ்வதிகளால் "ஸ்ரவணாதிபிர்விஷயிகாரி நி ஸ்ரோதஸமவதாகாரதாரூபாவஸ்திகஸ்ய க்ருஷ்ணாத்மதத்வ ஸ்ய ஸாக்ஷாத்கார:" இரவுத்தன்மை பூர்வகமான மனதின் பகவதாகாரத்தன்மை வடிவி னதாகிய சவிகற்பவிருத்தி, பக்தியாம்" என்றும் சொல்லப்பட் டிருக்கின்றது. அது "ஸ்ரவணாதிபிர்யோகைர்நயோபாஸ்திவெஹி" சிர த்தை பக்தியான யோகங்களால் அறிக" என்னும் சுருதியா லும், "ஹ்ருதாசாசினோஜ்ஞாநாதி" பக்தியால் என்னையறிகிறான்" என்னும் ஸ்மிருதியாலும் ஆத்மசாக்ஷாத்காரவாயிலாக மோ க்ஷ வதுவாம். பக்தர்களோ, சுகமே புருஷார்த்தமாகையால்

துக்கமின்மைக் கபின்னமான நிரதிசயசுகத்தின் தாரைவடிவமா கிய பிரேமபக்தியே புருஷார்த்தமென்று கூறுவர். அதுவோ (பிரேமபக்தியோ) சம்பிரஞ்ஞாத சமாதியிலடங்குகின்றது. இ தனாலே அஷ்டாங்கயோகத்திற் கந்தியமாகப் பரமபுருஷார்த்த சாதனமொன்றுமில்லை யென்பது சித்திக்கது. (கசு)

நான்காமுபதேச முற்றுப்பெற்றது.

ஹடயோகப்பிரதீபிகை.